GIRLS

Space toon

مجلة فتيات المستقبل



العدد (١)

هدية زمردة لهذا العدد مجموعة من الإكسسوار الجميلة



سالي بيل تكشف أسرار نجاتها من الأخطار





الفاكهة تستسلم للخلاط العجيب في سبيل العصير اللذيذ

كيف نحول ملقط الشعر إلى وحش مرعب



عنوان المجلة

Damascus - Syria - Free Zone P.O. Box: 10239

E-MAIL: magazine@spacetoon .com

Cyprus - C/O Aristides Yordamlis Corner of Athinon & Anexartisias

NORA Court Office 203

Limassol - Cyprus CR - 62460

بسم الله الرحمن الرحيم

أنتِ الأم والزوجة والجدة والأخت والصديقة، أنتِ الرابط بين أفراد الأسرة والمزيج بين الحنان والعقل، لذلك نهديكِ هذه المجلة الوردية برغبة صادقة من أسرة سبيس تون بتحويل ساعات الفراغ إلى أوقات رائعة مليئة بالفائدة والتجارب، في هذه الصفحات ستجدون غذاءً للعقل والروح، ورابطاً بين الماضي والحاضر والمستقبل بروح مرحة مليئة بالتسلية والفائدة والتواصل.

والله الموفق

مديرة التحرير

رئيس التحرير

ماهر الصباغ

مديرة التحرير

جلنار حاجو

الإخراج والإشراف الفني

سامر القادري



DESIGNED AT FANCY FUTURE

القسم الفني

ميرفت برنبو

عبير الزعبي

ختام دوبا

محمد فهد

فاتن إبراهيم

أحمد إبراهيم

بسام بوارشي

أنمار مرتضى

شارك في الإعداد: نسرين الجفان

سكرتارية تنفيذية: هديل عبد الغني

الموزعون في الدول العربية

المملكة العربية السعودية– الشركة السعودية للتوزيع	4419933	10 ريال سعودي
الإمارات العربية المتحدة– شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع	3916503	10 درهم إماراتي
دولة الكويت– شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع	2405321	1 دينار كويتي
دولة قطر– دار الشرق للطباعة والنشر والتوزيع	2661282	10 ريال قطري
مملكة البحرين– مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف	294000	1 دينار بحريني
سلطنة عمان– مؤسسة العطاء للتوزيع	591399	1 ريال عماني
الجمهورية العربية السورية– الشركة السورية لتوزيع الصحف والمطبوعات	2127797	120 ليرة سورية
الجمهورية اللبنانية– شركة الناشرون لتوزيع الصحف والمطبوعات	277007	4000 ليرة لبنانية
المملكة المغربية– الشركة الشريفة للتوزيع (سوشبرس)	2400223	15 درهم مغربي
الجمهورية السودانية– شركة الراحل للتوزيع	788004	500 دينار سوداني
المملكة الأردنية– وكالة التوزيع الأردنية	5358855	2 دينار أردني
جمهورية مصر العربية– دار أخبار اليوم للتوزيع (قطاع النقط)	5806225	10 جنيه مصري
الجمهورية اليمنية– الدار العربية للنشر والتوزيع	331797	

بوم الغابة المسحور



بينما كانت قافلة للمسافرين تعبر الغابة هاجمتها مجموعة من قطّاع الطُرق الأشرار، فقتلوا الحرّاس وجميع من كان في القافلة وقاموا بنهب كل شيء، لكن فتاة صغيرة استطاعت أن تنجو منهم وهربت إلى داخل الغابة .



أخذت الفتاة تركض دون أن تدري إلى أين تتجه حتى أقبل الليل وأطبق الظلام الدامس على الغابة فبدت لها الأشجار كالأشباح ترعبها، وأصوات الذئاب في الغابة تلاحقها، والفتاة تركض وتركض حتى أصابها التعب، وشعرت بالجوع والعطش فسقطت على الأرض من شدّة الإعياء وأخذت تبكي. وأثناء بكائها سمعت صوتاً يناديها (هيّا أيتها الفتاة الصغيرة)تلفّتت حولها ونظرت إلى الأعلى .. كان طائر البوم بعينيه اللامعتين ومنقاره المعكوف يقف على غصن الشجرة.

سألها طائر البوم: ما اسمكِ أيتها الفتاة الصغيرة؟ ولِمَ أنتِ وحيدة هنا في هذه الغابة الموحشة؟!

اسمي فطّوم يا سيد بوم، أجابت الفتاة وهي تمسح دموعها، وراحت تقصُّ عليه ما حدث لها إلى أن وصلت إلى هنا..

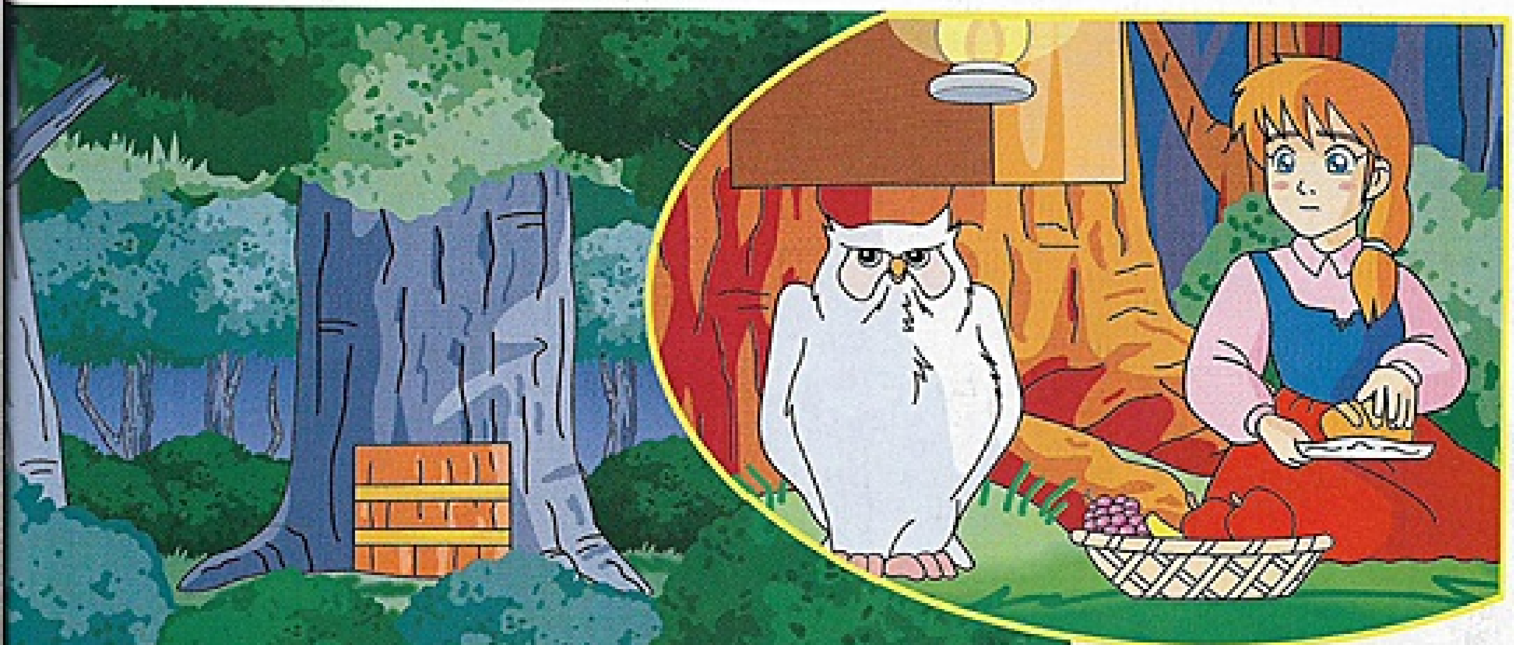
حزن البومُ عليها كثيراً وقال: لابدَّ أنكِ جائعة ومتعبة، خُذي هذا المفتاح وافتحي القفل الموجود في تلك الشجرة.



فتحت فطّوم القفل فظهرت لها خزانةٌ تحوي طعاماً شهيّاً ففرحت كثيراً، وأكلت منه حتى شبعت، ثم طلب منها البوم أن تفتح قفلاً آخر بنفس المفتاح، فظهر لها سريرٌ جميلٌ وعليه فراش وثير، بدا لفطّوم كأنها في حلم ولم تصدّق ما يحدث لها فتمدّدت على السرير وغطّت في نوم عميق، لكن عندما ظهر القمر في كبد السماء، غادر السيد بوم إلى مكان مجهول وترك الفتاة وحيدة.



في
صباح اليوم التالي
عاد السيد بوم بعد أن
استيقظت الفتاة فسألته: إلى
أين ذهبت؟ ولماذا تركتني وحيدةً
في الليل؟ فأجابها بأنَّ هذا الأمر سرٌ لا
يستطيع أن يبوح به لأحد، واعتذر منها...
ثم أخذ يدلُّها على أقفالٍ جديدةٍ لتفتحها،
وإذا بطعامٍ شهيٍّ طازج، وفاكهة، وخزائن
تحوي ثياباً جميلةً، وأحذيةً، وأشياء كثيرةً
مدهشة، فرحت فطّوم كثيراً وراحت ترقص
من سعادتها وهي تشكر السّيد بوم على
لطفه وكرمه ..



وفي المساء بعد أن تناولت فطّوم العشاء وظهر القمر في كبد السماء أخبرها السيد بوم أنه سيغادر الآن ، لكن فطّوم أصرّت عليه أن لا يرحل ويتركها لوحدها في الليل .

فوعدها بأن يعود في الصباح، وطار في السماء مبتعداً ..

وركضت فطّوم خلفه ترجوه أن يبقى..

لكنّه كان يصيح : لا أستطيع ......

لا أستطيع ..

ترى ما هو السر الذي يخفيه السيد بوم وإلى أين يغادر كل ليلة؟؟

تابعوا معنا أحداث القصة في العدد القادم ..

إعداد: شفيع أباي

لو كنتُ زهرة

لقاء مع نجمة

قمتُ برحلةٍ صغيرة لتأمل الطبيعة وحدي، فصادفتُ في طريقي فتاة لطيفة تجلسُ عند حديقةٍ جميلةٍ مليئة بالزهور، عندما اقتربتُ منها عرفتُ أنها ساندي بل فاحببتُ أن أتحدّث معها وأسألها عن أخبارها.

مرحباً يا صديقتي، لماذا تجلسين هنا وحدكِ؟

أهلاً بكِ، إنني أعتني بأزهار حديقة أمي وهذا موعد قدومي إلى هنا كل يوم..

آه صحيح لقد تذكّرتُ كم كنتِ مُتحمّسةً لتجدي أمك ولم تفقدي الأمل أبداً أليس كذلك؟

بالتأكيد، فحنان الأم والعيشُ معها شيء رائع، لقد فقدتُها وأنا طفلة بسبب غرق السفينة في البحر، وعندما أخبرني أبي أنهم لم يجدوها رأيتُ أنّ هناك أملاً في استعادة حنانها من جديد فربما تكون حيّةً وأعود للعيش معها ثانية لذلك لم أيأس من البحث وعملتُ كصحفيّة حتى أتمكّن من التجوّل في أكبر عدد من الأماكن.

نعم وقمتِ بالكثير من المغامرات ونجوت من الأخطار بأعجوبة فكيف تفعلين ذلك كل مرة؟

لقد تعلّمتُ من عملي أنّ الحياة ليست سهلة لكنني بمساعدة أصدقائي وبقليل من الصبر وقوة الإرادة أتخلّص من المصاعب وأستطيع أن أفيد الناس من تجاربي بالكتابة عنها في الصحيفة.

وماذا عن الكونتيسة ولينغتون؟ هل ما زالت حزينة على سفر ابنها مارك؟

إنها امرأة قوية الإرادة، فبالرغم من حزنها على فراق ابنها بقيت متفاءلةً بقدرته على شقّ طريقه في الحياة دون مساعدتها، فهي ترى أنه فنان حقيقي وأنا أرى أنها أمّ حقيقية.

ماذا ستقولين لصديقات سبيس تون عندما أحدّثهن عنك؟

أقول: الحياةُ جميلة، والأصدقاء الأوفياء لا يُقدّرون بثمن، فحافظن على أصدقائكن وحاولن نشر السعادة في كل مكان، وإلى اللقاء.

إعداد: نور كوكي

عفواً.. من أنتِ؟ وجه القطة

هل جرّبتِ يوماً أن يكون لكِ وجهُ قطة أو مهرج أو أي شكل تحبينه ؟

بإمكانك أن تستمتعي بذلك من خلال رسم أشكال مختلفة على وجهكِ واستعمال ألوان متعددة من الماكياج لتحصلي على هذه الأشكال، وبذلك يمكنك حضور الحفلات التنكّرية والاستمتاع بوقتك هناك، في هذا الباب سنتعلم الخطوات الأساسية لرسم وتلوين أي شكل تفضّلينه.

ما هي المواد المطلوبة؟

1. ماكياج مسائي (ألوان غامقة).
2. إسفنجة ماكياج .
3. ريشة دقيقة الرأس وريشة عريضة.
4. قلم تحديد (كونتور).
5. ترتر مع ريشة خاصة لرشّه على الوجه.
6. كأس من الماء.











كيف سنضع الطبقة الأساسية؟



1 نضع الطبقة الأساسية للماكياج من الألوان الأساسية السهلة (الأبيض ، الأصفر، البرتقالي، الأحمر، الكستنائي) بحيث تكون فاتحة في مركز الوجه وأكثر إعتاماً على الأطراف وذلك باستعمال الإسفنجة الخاصة بالماكياج.

ابدئي بالرسم :



2 نبدأ باستخدام الريشة العريضة وباستعمال الألوان الغامقة (أزرق بنفسجي)، نرسم شكل أشعة شمس أو شعلة حول العينين بحيث يكون اتجاه الرسم إلى خارج الوجه، ننتظر لبرهة من الوقت حتى تجفّ الرسمة ثم نمرّر الألوان الأكثر وضوحاً (إضاءة) فوق الرسمة بوساطة الريشة الدقيقة الرأس.





3 نرسم أشكالاً أخرى على الوجه والجبين كقطرة ماء أو نقط أو نجوم ونلوّنها بالألوان الغامقة. نحدّد الرسوم بالريشة الدقيقة الرأس وذلك برسم خطوط على أطراف الرسومات التي رسمناها مسبقاً.





4 نحدّد الفم بوساطة قلم التحديد (الكونتور) ثم نضع ألواناً غامقةً على الشفاه (بنفسجي).

ملاحظة:

(يمكنكِ الوصول بالماكياج إلى منبت الشعر أو الرقبة مع الانتباه إلى سهولة إزالة الألوان وكذلك يمكنكِ إضافة رسوم مختلفة حسب الرغبة).

ملاحظة:

(إذا كان اللون المعتم غير جاف ، نستطيع مزج الألوان الغامقة والفاتحة معاً ومن ثم نقوم بالتلوين).

ملاحظة:

(يجب البدء بالقسم المركزي للوجه ويكون أكثر وضوحاً ثم نبدأ بإضافة الألوان المعتمة أكثر فأكثر وصولاً إلى أطراف الوجه).





لذيذة لأني صنعتها

سنقطف اليوم ألواناً متنوعة من الطبيعة لنحوّلها بوساطة الخلاّط العجيب إلى كأسٍ لذيذ من العصير..

جرّبي أنواعاً مختلفة من الفاكهة (الفاكهة الطازجة هي الأفضل إن استطعت الحصول عليها) وإن لم تستطيعي فإن الفاكهة المجمّدة والمعلّبة وعصيرها جيد أيضاً. اطلبي مساعدة الكبار في استخدامك للخلاّط والسكّينة الحادّة.

يوجد الكثير من الطرق لتصنعي شراب الفاكهة الخاص بك، ما عليك سوى التجريب. جرّبي أن تضيفي هذه المواد إلى الفاكهة، إن لم يكن شرابك حلواً كفاية أضيفي ملعقة من السكر أو العسل.


لبن زبادي بالفاكهة

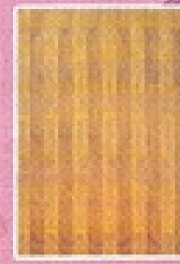

سكر


أو عسل للتحلية



عصير ليمون






الأدوات الخارقة: خلاّط كهربائي، سكّينة حادّة، لوح تقطيع.

لتصنع شراب وردي اللون، ما هي المواد المطلوبة؟

90غرام فريز، موزة.

60غرام توت سياج.

450غرام حليب.

كرة من الآيس كريم.

مادة مُحلّية للمذاق.



الطريقة

1 جهّزي الفاكهة (انزعي منها العيدان وقشّريها).

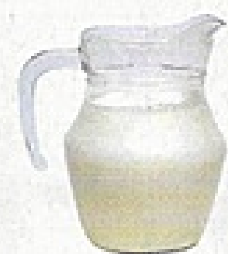
2 ضعيها في الخلاّط (اطلبي المساعدة من الكبار







آيس كريم بالنكهة
المفضلة لديك



حليب أو كريمة
بكميات قليلة



ماء أو عصير فاكهة



3

أضيفي بقية المقادير:
الحليب والآيس كريم والسكر.



4

أحكمي إغلاق وعاء الخلط واخلطي
المزيج السابق لمدة ٤٠ ثانية، والآن
اسكبيها وتذوّقيها ..... آآآ لذيذة

تسالي

في الصورة
ستة أشكال
متداخلة، هل
بإمكانكِ معرفتها؟



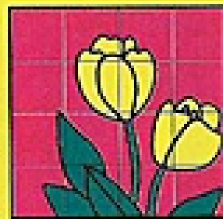


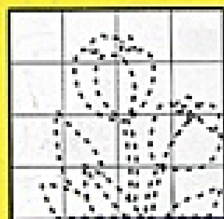
ما هي أرقام
البالونات التي
تحملها كلّ من
نونتان والأصدقاء؟

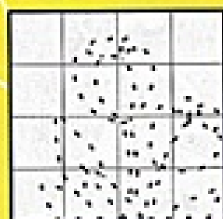




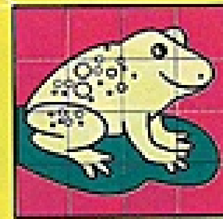
هيّا لنتعلّم الرسم

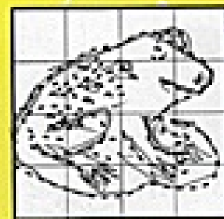

4

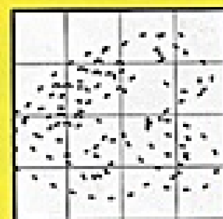

3

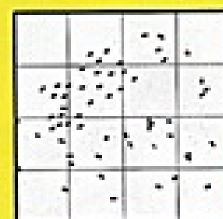

2

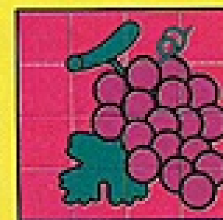

1

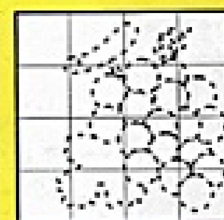

4

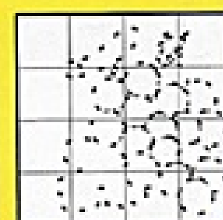

3

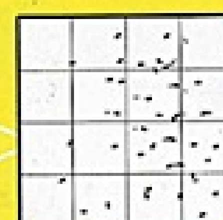

2


1


4


3


2


1

هل تعرفين كيف ترسمين هذه الأشياء الجميلة؟

حاولي رسمها بالتدريج حتى تتقنيها وحدكِ.

كلمة السر

ساندي بيل - توتتان - زمردة

جورجي - هايدي - ريمي

فلونة - بيرين - نوّار

تاما - ريا - جُو

مَي - بث - قط

س	ج	و	ر	ج	ي	ف	ب
ن	ا	ز	م	ر	د	ة	ث
ا	ن	ن	ة	ن	و	ل	ف
ت	ا	و	د	ا	ج	ل	ي
ن	م	ة	ا	ي	ي	و	م
و	ا	ق	ط	ر	ب	ر	ي
ن	ت	ه	ا	ي	د	ي	ر
ب	ي	ر	ي	ن	م	ي	ل

كلمة السر شخصية كرتونية

رقيقة و جميلة من ثلاثة أحرف

رشاقة



(الرياضة حياة) عبارةٌ تتردّد على مسامعنا دائماً لكن ما معناها؟







إذا أردتِ أن تكون حياتك جميلة ومُنظّمة عليكِ أن تبدئي بممارسة الرياضة، فمنها يبدأ تنظيم كل شيء فهي تنظّم الدورة الدموية في جسمنا، وتعيد لنا النشاط الجسدي والفكري والنفسي أيضا، وتطرح الكسل والخمول جانباً.. لذلك هيّا بنا لنبدأ بتمارين التنفس الكامل.

التنفسُ مهمّ حقـاً ، ويُمثّل هذا التمرين الطريقة المثالية للنشاط بعد الاستيقاظ والتهيئة للتمارين.

قفي بشكل مستقيم بحيث تكون اليدان على الجانبين والقدمان متباعدتان بمسافة قدم واحدة، ادفعي عضلات البطن إلى الخارج وابدئي بالتنفس (شهيق) من الأنف، تدريجياً.

ارفعي يديكِ فوق الرأس، توقفي وعدّي إلى الخمسة، ثم ابدئي بإخراج الهواء إلى الخارج (زفير) بطريقة بطيئة عن طريق الأنف أيضا، اخفضي يديك.

عندما تنتهين من عملية الزفير، اسحبي عضلات البطن بطريقة لطيفة إلى الداخل، ثم ادفعي العضلات إلى الخارج مرة أخرى ثم أعيدي التمرين من البداية، وكرّريه عشر مرّات.



الشد من جنب إلى جنب

هذا التمرين يشدُّ الجزء السفلي للظهر كي يبقى مُتناغماً مع الخصر.

قفي بصورة مستقيمة، ضعي يدكِ اليسرى على جانب الجسم، تنفّسي (شهيق) وارفعي يدكِ اليمنى إلى الأعلى.

انحني إلى اليسار ببطء، وقومي بعمليّة (الزفير) أثناء الانحناء وزحلقي يدكِ اليسرى على الرجل اليسرى، توقفي بهذا الوضع وعدّي للخمسة.

قومي بعملية الشهيق وعودي ببطء لوضع الوقوف.

أعيدي التمرين مرّة أخرى ولكن إلى الجهة اليمنى، وكرّري هذا التمرين مرّتين إضافيّتين لكل جانب.

أسرار وأفكار اصنعيها الآن

ما رأيكِ بتحويل الأشياء العادية والتي ترينها كل يوم إلى تحف فنيّة وأعمال رائعة من صنع يديكِ، سنعرّفكِ في هذا الباب على أسرار التحويل العجيبة..

السر الأول:

تحويل ملقط شعر إلى وحش مرعب:

صديقتي.. يمكنكِ أن تحوّلي ملقط شعرك العادي إلى دمية صغيرة ذات فمٍ كبير تتباهين بها بين الصديقات..
هيّا لنبدأ العمل.



الأدوات العجيبة:

ملاقط شعر، مجموعة من الأجسام المستديرة البلاستيكية مثل (الخرز)، ورق مقوى أبيض، لاصق، سلك معدني، مجموعة لآلئ ملونة، ألوان، مقص، شريط أسود اللون.

الطريقة



1 نرسم الأذرع والأرجل على ورقة بيضاء ونقصّها.



2 نأخذ السلك المعدني ونعلّق في كل نهاية منه لؤلؤة صغيرة، نقسم السلك إلى قسمين، ونلف كل قسم حتى يصبح حلزوني الشكل.







3

نلوّن ملقط الشعر والأذرع والأرجل التي قمنا بقصّها، وكذلك الكرة الصغيرة المستديرة لنصنع منها الأنف ونتركها جميعاً لتجف.



4

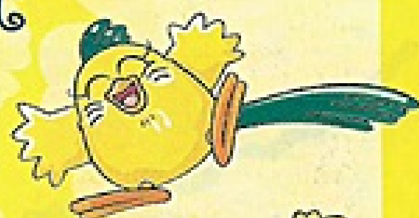
نرسم دوائر سود في منتصف كرتين صغيرتين وذلك لصنع العينين، نلصق الأذرع والعينين والأنف في أعلى الملقط، ونلصق الأرجل في أسفله، ولا ننسَ أن نغرز السلكين المخمّلين باللؤلؤتين في أعلى العينين.

يمكنك
أن تستخدمي هذه
الملاقط الجميلة في اللعب
مع أصدقائك أو لتعليقها على
مرآتك في غرفتك أو على
ثيابك لتكسبها منظراً
جميلاً.

ENGLISH



how to teach your little brother_sister



You can teach your little brother/sister English.
Today we will start with letter A:

Aa



1 Ask your little brother/sister to rewrite the letter "A" five times

for example:

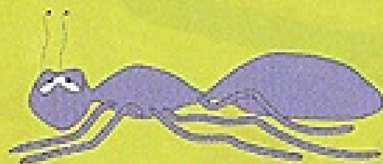
Aa - Aa - Aa - Aa - Aa



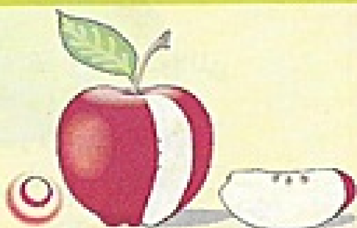
2 Now teach him/her how to spell A.

3 Tell him/her some words that begin with letter A like:

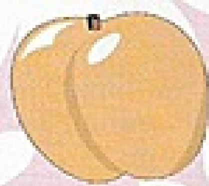
apple, ant , arm ,.......
And tell him/her the meaning of each word.



ant



apple



apricot



arm



زميلاتي وأنا

عُدتُ إلى المدرسة مع باقي زميلاتي، لم أكُن أعرفهنّ جيّداً، إلا أنني بدأتُ بالتعرُّف عليهن، فنحن هنا لنتعارف ونتعلّم ونعمل معاً.

زميلاتي مختلفات عنّي ومختلفات في ما بينهن ، فهناك المتفوّقات والمتأخرات في الدراسة، وهناك الفتيات المرفّهات والفقيرات المحتاجات، وبعضهن نشيطات وبعضهن يعانين من المرض، وهناك الطيّبات وبعض الأنانيات، وأعرف الخجولات والجريئات ، الذكيات وغير الذكيات ، الجميلات وغير الجميلات.

رغم ذلك أنا أُحبُّهن كثيراً فنحن كباقة الزهور المُنوّعة ولكل زهرة لونها وشكلها وشذاها، وكلُّ واحدة منا تُكمِلُ جَمالَ الباقة.

نحن هنا لنعمل وندرس ونرقى بوطننا، فعلينا واجبات ولنا حقوق وكلنا متساويات (الناس سواسية كأسنان المشط كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلّم)، فكلُّ واحدة منّا تحلم بدرجات أعلى، ولا بأس بأن نتنافس، على أن نكونَ عادلات ولطيفات مع من لا يستطعنَ أن يعملنَ مثلنا بسبب ظروفهن الصعبة.





اتمنّى أن نكفَّ عن أذى مشاعر الآخرين وأن نُشجّعَ من تتفوّق وننصح من تُخطِئ ونساعد من تحتاجنا ونحترم من لا تشبهُنا ونتعاون بعضنا مع بعض وأن نحترم مُعلماتنا ونُحبَّ بعضنا لنصل إلى الأفضل دائماً.

إتيكيت

هل أنا لطيفة؟

أنا لا أتكلَّم بصوتٍ مرتفعٍ.

لا أضحك والطعام في فمي.

أقول لأهلي في الصباح: (صباح الخير)

وفي المساء: (تصبحون على خير).

أسأل أمي: (بماذا أساعدكِ اليوم؟).

أرتِّب خزانتي بنفسي.

الأمومة عند الحيوان



الكنغر



كل الآباء والأمهات يربّون أولادهم حتى يكبروا ويعتمدوا على أنفسهم، تُرى كيف تُربّي الحيوانات أبناءها في الطبيعة؟

سنحاول الإجابة عن هذا السؤال من خلال عالم الحيوان العجيب وسنبدأ بالحديث عن الكنغر الأحمر الجميل.



تعيش حيوانات الكنغر في أستراليا ولها الكثير من الأنواع والأحجام فمنها الكبير الضخم ومنها الصغير القزم، وكلها تنتمي إلى أسرة الحيوانات الكيسيّة أو الجرابيّة.

تُرى ماذا نعني بكلمة كيسيّة أو جرابيّة؟ سنحكي لكم القصة من البداية:

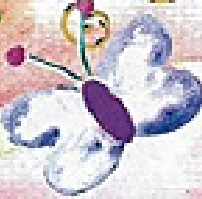






















الكنغر مُهدّد بالانقراض بسبب صيده بكثرة ومنعه من الرّعي في أماكن كثيرة من قبل مربي الخرفان.

بداية القصة:

في كل سنة تقريباً تحمل إناث الكنغر لفترة قصيرة مدتها 39 يوماً، وتلد بعدها صغاراً غير مكتملي النمو، ويكون الصغير ضئيل الحجم وطوله 2.5 سم تقريباً، لكن هذا عادي بالنسبة لأم الكنغر. حيث يوجد على بطنها كيس، تحمل صغيرها بفمها وتضعه فيه بحرص كبير ثم تُغلق عضلات الكيس الدائرية وتمنع أي شخص من الاقتراب منها.

ما الذي يحصل؟

قد يصيبكم الفضول لتعرفوا ما يجري داخل الكيس. سألنا إحدى الأمهات فأخبرتنا أن الصغير يرضع الحليب الآن وعندما يبلغ من العمر 6 أشهر سيبدأ بإخراج رأسه الصغير من الكيس وستتمكّن من رؤيته، وبعد 8 أشهر سيخرج ليلعب ويلهو ويتعلّم كيف يعيش ويأكل العشب مثل الكبار تماماً.

عادة غريبة

إذا تعرّضت أنثى الكنغر للملاحقة من المفترسين أو الصيّادين تبدأ بالقفز هاربة، وتبقى متمسّكة بصغيرها في جرابها، لكنّها إذا تعرّضت للملاحقة الشديدة وخافت أن يمسكوا بها تلقي صغيرها جانباً وتسرع في القفز أكثر، ويفسّر العلماء هذه الظاهرة بأنها ربما تفعل ذلك كي تعطي فرصة لصغيرها حتى ينجو بنفسه إذا لم تتمكّن هي من ذلك أو على الأقل تستطيع أن تنجو هي لوحدها إذا أسرعت أكثر، فذلك أفضل من أن يمسك الأعداء بالاثنين معاً على كل حال.

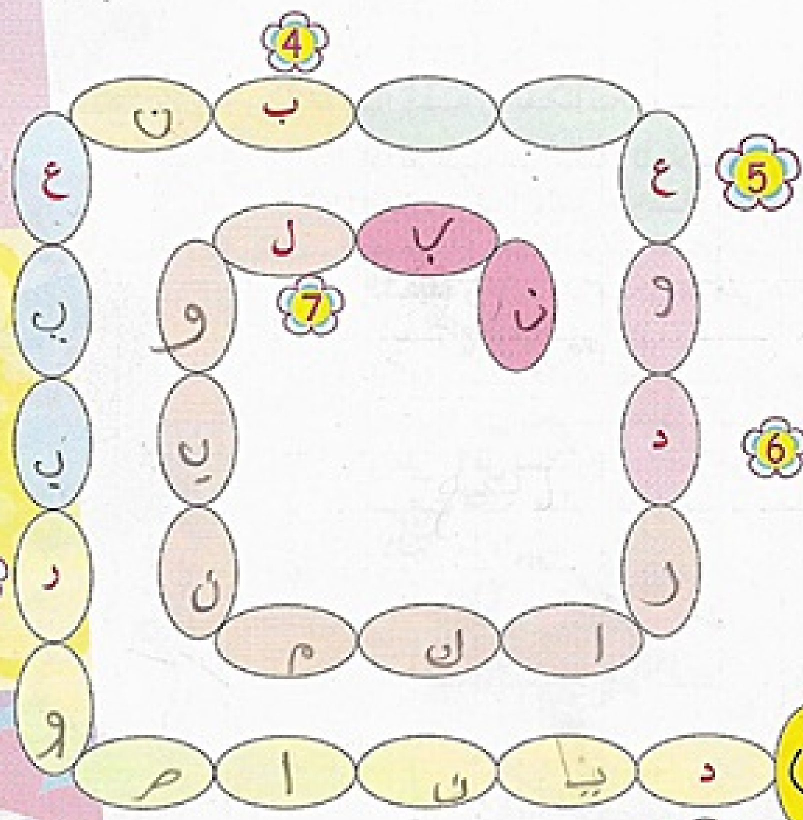
يبلغ ارتفاع الكنغر الأحمر وهو أضخم الحيوانات الكيسيّة 180-210 سم إذا وقف على قدميه

إعداد: نور كوكي

تسالي



أين أجد أخي بين هذه القفازات؟



1 من الحيوانات المنقرضة.

2 من فصول السنة.

3 فاكهة صيفية.

4 شخصية من فيلم سابق و لاحق.

5 آلة موسيقية شرقية.

6

7 من مشتقات الحليب.

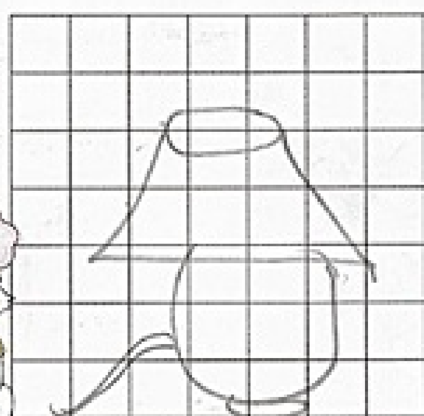
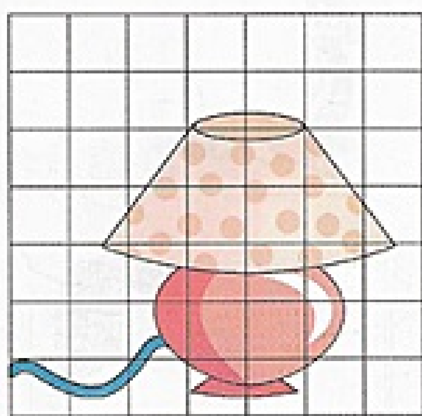
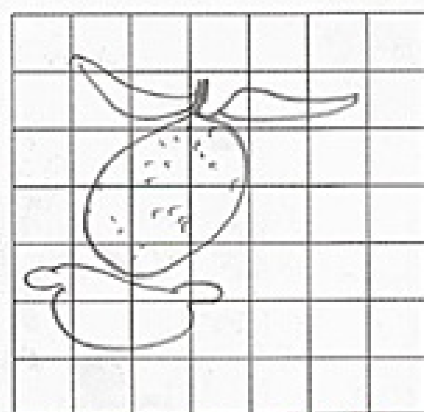
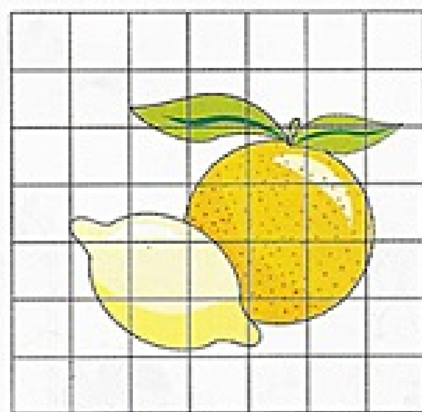


كيف ستصل زمرّدة
إلى القبّعة دون أن
تدوس على الزهور؟






هل تستطيعين
إعادة الرسم؟

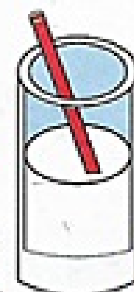
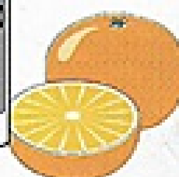


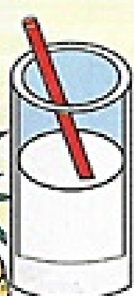

تسالي




ساعدي
فلة في تلوين العصير
اللذيذ للأقزام
بالألوان المناسبة
ليأخذ كل منهم كأسه.

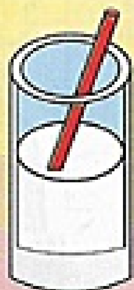
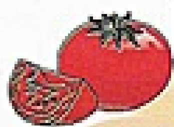


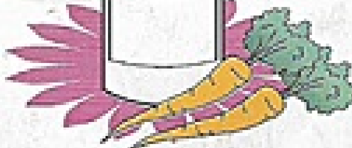








صِلِي الأرقام بخط
واكتشفي الشكل الذي
تجلس فيه نونتان ...





أوقات الفراغ
راحة أم عبء؟

انتهيتِ من تأدية دروسك، رتبتِ أغراضكِ.. والآن لديكِ ساعات من الفراغ تنتظرك لتملئيها..
ولكن لا تنقصك سوى البداية أو طرف الخيط.
تدور في رأسك أفكار كثيرة، ولديكِ رغبة كبيرة في إخراجها بطريقة تعبّر عنك.. عن شخصيتك..

صديقتي اختيار الوسيلة المناسبة هو أول خطوات الوصول لهذا الهدف وهذه الوسيلة هي وبكلّ بساطة ..... حدّدي مهاراتك وانطلقــي مما تعرفين وتحبـين القيـام بـه وليس العكس...
في هذه الصفحة سنحاول مساعدتك للقيام بنقطة البداية أو إمســاك طرف الخيط.. التقطيه وانتظري المفاجآت..

أريد أن.... ولكن لا أستطيع	أحاول أن
أقرأ كتاباً	أقرأ قصة قصيرة
أطبخ	أحضّر طبقاً سهل الصنع
أكتب	أجمع أقوالاً مأثورة
أرتب غرفتي	أنظّم أشيائي المفضّلة
أعزف	أسمع مقطوعة موسيقية أحبها
أرســم	ألوّن
أخيــط	أركّب زراً مقطوعاً

كيف أكون جميلة؟



فلة و الأقزام

فلة فتاة جميلة كالثلج رقيقة وحنونة.
تعيش مع زوجة أبيها الحاكم في القلعة
لكنَّ هذه الخالة كانت مغرورة وحسودة
وتكره فلة لأنها أجمل منها.

قلعة الحاكم

أهلاً بكم أيها السادة في هذا الاحتفال

أتمنى لكم جميعاً قضاء وقتٍ ممتع

هذه فلة إذاً ؟! إنها جميلة حقاً

كم هي مهذّبة ورقيقة

ما أجملها !

إنها رائعة !

ما شاء الله !

اللعنة .. جميعهم يتحدّثون عن جمال هذه الفتاة الخرقاء

فلة هيا انصرفي إلى غرفتك لن تحضري هذا الاحتفال

آه .. لكن لماذا ؟!



يا إلهي احفظ لي أبي وأخي وأعدهم إليّ سالمين






ساكون أنا أجمل امرأة في العالم
هاهاها هيا تعالي أيتها الحيوانات


أنا في الخدمة يا مولاي
اسمع أيها الصيّاد أريد منك أن تقتل تلك الفتاة المزعجة
ساعطيك ما تريد من النقود ولكن إن فشلت في قتلها ساقتلك .
ها !! حسناً يا مولاي


فلة هذا الرجل يُدعى جبر سيرافقك في نزهة إلى الغابة .
حقاً شكراً لك يا عم
أنا في الخدمة يا سيد


ما رأيك أن نتوقّف هنا يا سيد جبر؟
كما تشائين يا سيدتي


يجب أن أنجز مهمّتي بسرعة
يا إلهي ما أجمل هذه الزهور


م م م ما أحلاها


مسكينة هذه الفتاة، لا تدري ما ينتظرها


هاها رائع رائع اقفز أيها الغزال


فلة ـــة ـــة ـــة


اهربي بسرعة يا فلة ..
طلبت مني زوجة أبيكِ أن أقتلكِ في الغابة
إياك أن تعودي إلى القلعة ، فسوف تستأجر شخصاً آخر لقتلك
طلبت منك أن تقتلني !؟
سيد جبر
لا تنظري وراءك أنا سأتكفل بهذا هيا اهربي
آه .. آه .. آه .. لماذا ؟!
لماذا تريد أن تقتلني !؟
تابعوا الأحداث في العدد القادم
إعداد: شفيع أباي

حبات اللؤلؤ

أسماء بنت أبي بكر (ذات النطاقين)

قال (صلى الله عليه وسلّم) : «قد أبدلكِ الله بنطاقكِ هذا نطاقين في الجنة»

عند بزوغ صبح الإسلام... ظهرت المرأة في مشرق نوره يملؤها الإيمان والوجدان وارتفع بها الإسلام إلى أبعد غاية من كمال النفس وسمو الحياة.. فكان لها أكبر الأثر في تكوين الرجال ونشر العلم، وخير من نبدأ بها من لآلئ حضارتنا العظيمة الصحابية الجليلة أسماء بنت أبي بكر... امرأة عظيمة المكانة جليلة القدر خصّها الله عز وجل بنعمة الإيمان.. وقد عُرفت برباطة الجأش ورجاحة التفكير في المواقف الصعبة التي تتزعزع فيها إرادة الإنسان.

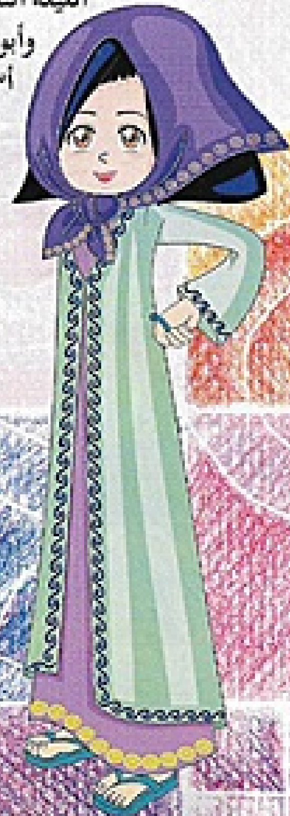
أسماء، أم عبد الله، ذات النطاقين.. أخت عائشة أم المؤمنين.

أسلمت بعد سبعة عشر إنساناً... أبوها وجدّها وابنها من الصحابيين.

خير بداية لأسماء في حياتها كانت في يوم الهجرة حيث كانت هذه الصبيّة الجريئة حديثة السن تقطع الأميال في جوف الليل حذرة مترقّبة لتوافي الرسول (صلى الله عليه وسلّم) بالزاد والأخبار.

لماذا سُميت بذات النطاقين؟

سارت أسماء في الطريق إلى غار ثور ثلاث ليالٍ سوياً وفي الليلة الثالثة أزمع الرسول (صلى الله عليه وسلّم) وأبوها أبو بكر على مفارقة الغار فهمّت أسماء لتعلّق سفرة الزاد فلم يكن أمامها إلاّ نطاقها لتعصم به الزاد فشقّته إلى نصفين فعصمت السفرة بنصفه والسقاء بالنصف الثاني ومنذ ذلك الوقت سُميت بذات النطاقين، وأبدلها الله عزّ وجل ذلك النطاق نطاقين ،في الجنة.

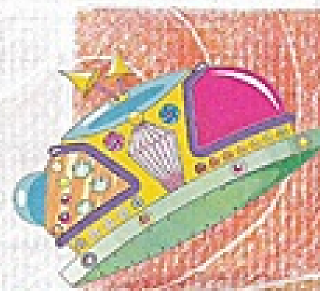


كانت أسماء زوجة صالحة صابرة.. أمّاً لثمانية أطفال، بكرُها هو الصحابي عبد الله بن الزبير ذلك المقاتل الذي كان لا غناء له عن مشورة أمه ورأيها السديد حتى في أمور الحرب والقتال.

شخصية أسماء تفيض بالمكارم والفضائل ومن أشهر أقوالها قولها لابنها الزبير حين قاتل الحجاج: يا بني عِش كريماً..... ومُتْ كريماً.... لا يأخذك القوم أسيراً.

قد حفظ الله عزّوجل أسماء وأكرمها، إذ بلغت مئة سنة ولم يقع لها سنّ، ولم ينكر من عقلها شيء.. إن هذا لهو الفضل المبين.

يشعُ نور هذه اللؤلؤة الثمينة منذ فجر الإسلام ويصل إلينا لينير عقولنا ولنجعل من أسماء قدوة لكل فتاة عربية تسعى لأن تكون أمّاً عظيمة وزوجة صالحة وإنساناً بكل معنى الكلمة.





أفكار خياطة

عالم الأزياء

عالم الأزياء .. عالم جميل وواسع، فيه اختصاصات كثيرة، بدأ عندما فكّر أول إنسان على الأرض بارتداء الملابس لتقيه من البرد، فاستخدم أوراق الأشجار وجلود الحيوانات ..

ومع مرور الوقت تطوّرت صناعة الملابس وتنوّعت بأشكالها وألوانها، ولا تنسَ أن المرأة كانت أول من خاط الملابس .. وبذلك تكون أول مصممّة أزياء.

وأصدقاؤنا من \ S.T Girls \ يحبّون أن يقدّموا لكُنّ الجديد دائماً وهذا العدد سيكون بمثابة تعريف لأدوات الخياطة وطريقة أخذ قياساتك الخاصّة، هيّا لنتعرّف أولاً :

السيد مقص: من أهمّ أدوات الخياطة .. فهو يقصّ القماش ويعطيه شكله لنقوم نحن بخياطته، بالإضافة إلى الأعمال الأخرى التي تعرفها (قص الورق .. الخيوط .. إلخ) والسيد مقص له أنواع مختلفة:

المقصّ المسنن : ويُستخدم لقصّ الأقمشة السهلة التنسيل.

مقصّ التفصيل : وهو المقصّ الذي تستخدمه عادة في المنزل.

مقصّ التنظيف : وهو مقصٌّ صغير لطيف الشكل يُستخدم لقصّ الخيوط وغيرها من الزوائد غير المرغوب بها.

أما **السيدة إبرة**: فتعتبر أميرة الخياطة .. وبدونها لا يمكن أن نقوم بخياطة الملابس، وهي سيدة رشيقة وجميلة ولكن علينا التعامل معها بحذر لأن وخزتها مؤلمة، وللسيدة إبرة أشكال مختلفة أيضاً (فهناك إبرة التطريز، وإبرة الشك، وإبرة الرفو) بالإضافة إلى الإبرة التي نستخدمها في المنزل، وإبرة آلة الخياطة الكهربائية، ولكن السيدة إبرة لايمكنها العمل لوحدها دون مساعدها المُخلص.

الكابتن خيط: والكابتن خيط لايمكنه العمل دون صديق وهو الإبرة، معاً يقومان بعمل رائع حتى نتمكن نحن من خياطة الملابس وارتدائها والكابتن خيط له ألوان رائعة مختلفة وزاهية تناسب كل ألوان الأقمشة التي تُريد خياطتها عندما نتحدّث عن الإبرة والخيط لابد أن نذكر

السيد كشتبان: الذي يُعتبر الحارس الشخصي للإصبع الوسطى، فهو يحميها من وخزات الإبرة المتكررة، ولابد أن تعتادي على ارتدائه للمحافظة على أصابعك سليمة.

الدبابيس:

الدبابيس عساكر الخياطة التي تثبّت القماش، وتضبط النظام حتى يكون العمل الذي تقومين به متقناً وجميلاً .. فالدبابيس تثبّت الباترون على القماش وتثبت القماش بعضه مع بعض وهي عساكر صغيرة ذات رأس مدبب لها وسادة صغيرة توضع عليها كي يسهل تناولها عند الحاجة و يمكن لهذه الوسادة أن تحمل الإبرة أيضا

مهندسا الخياطة:

هما المدرج وحجر العلام، وهما أداتان مهمتان جداً في عالم الخياطة لأنهما يقومان بنقل المخطط على القماش.



بقي لنا أن نتعرّف أدوات القياس والتي يساعدها تستطيعين أن تأخذي قياساتك .. لتصنعي ثياباً تحبينها ومناسبة لك تماماً، أدوات القياس لها أشكال متنوعة ولكن أهمّها :

شريط القياس:

البلاستيكي المرقم بالسنتمترات وهو متوفّر في المنزل.

أما أشكاله الأخرى يمكن أن نراها عند الخياط وهي : (أداة القياس الضاغطة، وأداة القياس الخاصة بذيل الثوب) هذه الأدوات تساعدنا في أعمال الخياطة لكنها تحتاج لعلبة نضعها فيها عندما ننتهي من العمل، ويمكن أن تكون علبة حلوى فارغة كرتونية أو معدنية أو سلّة قش.



بعد أن عرفنا أدوات الخياطة تخيلي صديقتي لو أن أحدَ هذه الأدوات لم يكن موجوداً ولكن المقص فكيف ستتمّ عملية الخياطة؟!!

الآن سنقدّم لك طريقة أخذ القياسات الخاصة بك لتتمكني من خياطة ملابسك لوحدك، اكتبي مقاساتكِ بعد أن تأخذيها بوساطة شريط القياس.

1. محيط الخصر:
2. محيط الورك:
3. محيط الصدر:
4. عرض الأكتاف:
5. طول الكم:
6. طول الصدر (من الكتف إلى الخصر):
7. طول الظهر (من الكتف إلى الخصر):
8. طول الورك (من خط الخصر إلى الورك):
9. طول التنورة أو البنطال(من الخصر إلى الطول المطلوب):
10. الطول الكامل (من الكتف إلى الطول المطلوب للفستان):

الجدول التالي يعطيك بعض القياسات العالمية بالسنتمترات لبنات العشرين وما دون ذلك

المقاسات	٣٤	٣٦	٣٨	٤٠	٤٢
محيط الصدر	٨٠	٨٤	٨٨	٩٢	٩٦
محيط الخصر	٦٣	٦٥	٦٧	٧٠	٧٤
محيط الورك	٨٨	٩٠	٩٤	٩٨	١٠٢
طول الصدر	٤٣	٤٤	٤٥	٤٦	٤٧
عرض الكتف	١٢	١٢،٥	١٣	١٣	١٣،٥
طول الذراع	٥٨	٥٨	٥٩	٥٩	٥٩
محيط الذراع	٢٠	٢٠	٢٢	٢٢	٢٣
محيط الرقبة	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧

إعداد: ماما دلال
وماما لينا

أزياء جدة

زي فلسطيني

ليلى فتاةٌ فلسطينية تهتمُ بـأناقتها وبمظهرها، وفي أحـد الأيَام وهي تَختار ملابسَها سألتْ نفسها عن بـدَاية فنّ الأزياء الفلسـطينيّة وتَطوّرها حَتّى وَصلتْ إلى مَا هي عَليه اليَوم، فَخطر ببالِ ليلى أنْ تَزورَ جَدتَها وتَسألَها عَن كلّ ما دارَ في خَلدهَا من أسئلةٍ تخصُ حَيَا ة الأزياء الفلسطينيّة منذُ ولادتِها حَتى يومِنا هَذا.

ذهبتْ ليلى إلى منزلِ جدتَها وبدأتْ تطرحُ عَليها أسئلتَها....

قالتْ ليلى: جَدَّتي.. كيفَ كانت بدايةُ الأزياءِ الفلسطينيّة ؟

أجابتها الجدّة: فلسطينُ بلدٌ عريقٌ جداً، وقد اشتهرَ بصناعة النسـيج وتَصديره للبـلاد الأخرى منذُ القِدَم وذلك لأنّهُ مَمرٌ عالميٌّ بينَ القارّات الثَلاث (آسيا وأوربّة وإفريقيّة) ولقد أطلق على سكّانه وسكّان السّاحل السّوري واللبـناني اسـم (الكنْعَانيّون)، وهذا لاشتهارهم بالأصْبغة الأرجوانية التي اسـتخرجوها من أصداف تكثر على السّاحـل الكَنعاني، ولذلك أضفي هذا اللّون على جَميع أنواع الأقمشـة المُطرّزة التي كانوا يُصدّرونها إلى سُكّان جُزر بحر إيجه.





سألتْ ليلى: ما هي أنواعُ الأنسجة والأصبغة التي كانَ يستخدمها الكنعانيون؟

قالتْ الجدّة: كانَ النسيجُ الأولُ الذي استعملَه الكنعانيون صوفَ الأغنام أمّا الأصبغة التي كانت تُلوّنُ أزياءهم وتُزيّنُها فقد تنوعت، ولكن أهمّها اللّون الأرجواني، المُمتد تأثيرهُ إلى يومنا هذا، أمّا بالنسبة للأصباغ الأخرى فغالباً ما تكون نباتية، أي تُستخرج من نباتات هذه المناطق، فاللّون الأحمر يُستخرج من الصبّار القرمزي، والأصفر من الزّعفران، والبُنيّ المائل للحُمرة من العنب.

قالتْ ليلى: جدّتي، ما هي أهمّ الأشكالِ التي كانت تُطرّزُ على الثياب في فلسطين؟

أجابت الجدّة: كانَ هناك أشكالٌ كثيرةٌ، فمنها المُثلث وهُو الشكل المُقدّس في هذه البلاد، ومنها الدائرة والنجمة الثُمانيّة والمُربّع، ولَم تقتصرْ الأشكالُ على العنصر الهندسيّ فقط، بَل تعدّت إلى أشكالِ الطيور مثل الديكَة وبعضِ الأشجارَ والثمار والحيوانَات، وكلُ هذا استُخدِمَ منذ زمنٍ بعيد، أيْ قبل الميلاد.

قالتْ ليلى: لكنّي أرَى هذه الأشكال على ثيابي الآن!

قالت الجدّة: نعم يا عزيزتي، ففلسطين بلدٌ له تراثٌ قديمٌ قِدَم التاريخ امتدّت جذورُه إلى يومنا هذا.

هلْ تعلَمين؟ أنه عُثر في فلسطين على آثار مغازل من الحجر والعظم، وأثقال من الحجر والطين تُستخدم من أجل الأنوال ترجعُ إلى أوائل الألف الثالث قبل الميلاد.



شكرتْ ليلى جدّتَها على هذه المعلومات القيّمة وغادرتْها وهي فخورةٌ بتراثِ فلسطين العريق.



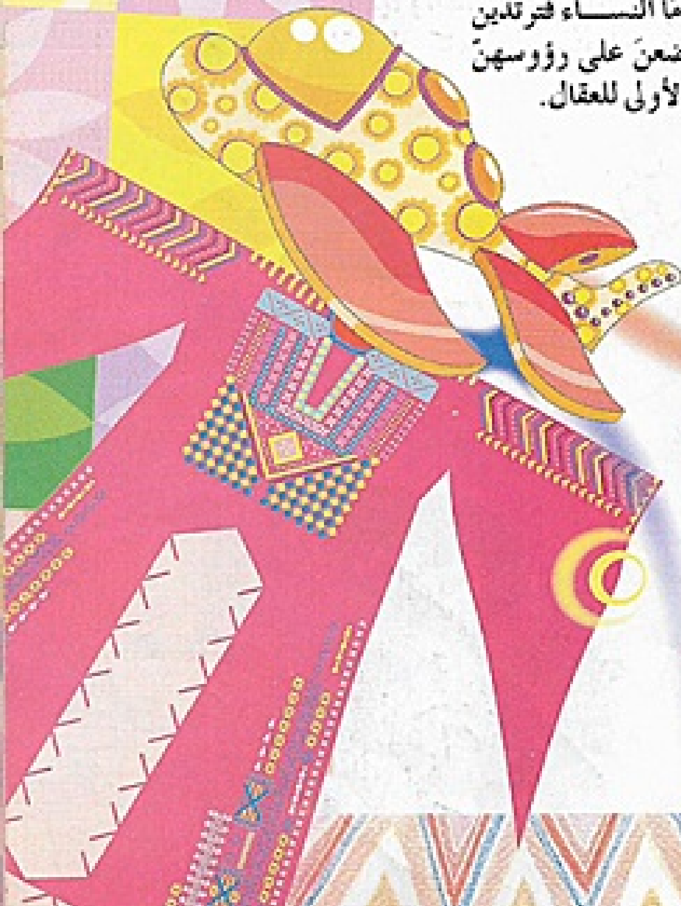
مساحةُ فلسطين وعددُ سُكّانها:

تبلغُ مساحتُها 27 ألف كيلو متر مربع.

عددُ سُكّانِها حوالي مليونين ونصف المليون نسمة.

معلومة

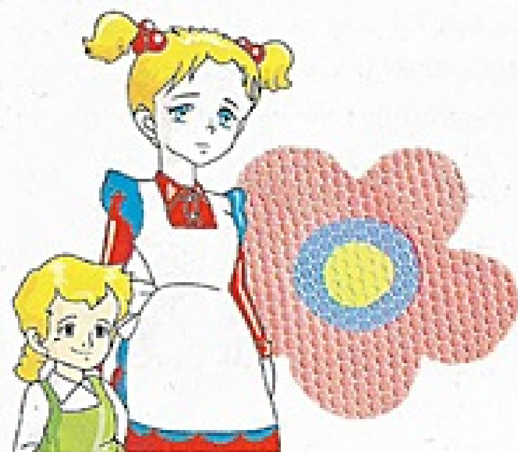
عُثِرَ على قطعة حجرية في فلسطين تعود إلى 1900ق.م، نُقِشَ عليها جماعةٌ من الناسِ يرتدون أثواباً متعدّدةَ الألوان، ومزخرفة بزخارفَ هندسيّة، ما زال بعضُها يُزيّنُ الثياب الفلسطينية المعاصرة، حيث يرتدي الرجالُ نعالاً وصنادل، أمّا النساء فترتدين الجوارب والأحذية، وتضعنَ على رؤوسهنّ أشرطة كوّنت البدايات الأولى للعقال.



قصة بنت أم جدة

أنف حبة البطاطا

لا أعرف إن كان في قصتي ما هو غير اعتيادي أو ما يستحق الحديث عنه، لكنني شعرت أن هذه الأحداث البسيطة قد أجبرتني على النظر إلى الأمور من أكثر من زاوية ، لذا أردت مشاركتكم إياها.



أنا في الثالثة عشرة من عمري، اسمي ريما، بدأت قصتي في ملعب المدرسة، حيث كنا أنا وزميلاتي نتجادل بشأن إحدى مُدرِّساتنا ومن بين الفتيات كانت هناك هدى، التي لم تكن من صديقاتي المقرّبات لأنني لم أكن أحب طبعها الحاد والساخر، وبينما كنت مندفعة في دفاعي عن المدرِّسة قالت هدى: "اصمتي يا صاحبة أنف كحبة البطاطا" ، ولم أقل سوى: "اصمتي أنت" لكنني ولأول مرة أدركتُ أن هناك شيئاً بشعاً جداً في وجهي، شيئاً كحبة بطاطا يطالع كل من ينظر إلي...

كنتُ أنظر كل يوم إلى وجهي في المرآة، وألاحظ أنَّ أنفي كبير بعض الشيء، لكن أن يلاحظ الناس هذا ويرمونه في وجهي، كان أمراً جديداً تماماً، كان يشبه حكم الإعدام ، أنا...صاحبة أنف كحبة بطاطا...





ومنذ تلك اللحظة أحسست أن حياتي بدأت تتغير، أصبحتُ موسومة بأنف كبير، فكان أول ما فعلته عند سماعي هذه الكلمات هو أنني نظرت في أنف محدثتي لأجد أنه مقبول تماماً، ولا يشبه أي نوع من أنواع الخضار، وأصبحتُ لديّ عادة النظر في أنوف الناس لأحدِّد مكانتي الأنفية في هذا العالم، وكانت أحجام الأنوف تتراوح من أنف لارا أجمل فتيات المدرسة والتي ضحكت عندما وسمتني هدى بأنف حبة البطاطا، إلى أنف بوّاب مدرستنا العجوز الذي أصبح أنفه أكبر ما في وجهه، وكان العمر كان يأخذ من بقيّة وجهه قطعاً يضيفها إلى أنفه.

عندما عدتُ إلى المنزل سألتُ أمي: "لماذا أنفي كبير هكذا؟" فقالت: "لقد ورثتِهِ عن والدك، ولكن لا تقلقي، سنجري لك عملية تجميل للأنف بعد عدة سنوات، ولن ندع الأمر يزعجك". لم أشعر بالارتياح بعد حديث أمي، لأنها بدون قصد، أكّدت مشكلتي، وأزعجني أيضاً أنَّ علي المرور بتجربة تكسير عظامي الأنفية المؤلمة، كما حدث لابنة عمي، لأبدو طبيعية وأزيل عني هذه الوصمة، أمرٌ آخر لم يكن قد خطر في بالي قط، يمكن للأهل أحياناً أن يعطوا أشياء سيئة لأولادهم؟!



في اليوم التالي ذهبتُ إلى المدرسة غصباً عني، لأجد أمراً آخر أزعجني إلى أبعد حد، صديقتي المفضلة لينا متغيبة، وفي الحصة الدراسية الثانية سمعنا أن والديها تعرضا إلى حادث سير وأنهما الآن في المستشفى يخضعان للعلاج، فطلبتُ إذناً من المديرة للذهاب والاطمئنان على لينا فسمحت لي.

كانت لينا في المنزل مع خالتها، وعندما رأتني عانقتني وأخذت تبكي، وقالت لي :"شكراً لقدومك، أنا بحاجة ماسة إلى وجودك معي". وطوال أسبوع كنت أذهب إليها بعد دوام المدرسة لأجلس معها وتراجع دروسنا، وكانت تشعر بتحسُّن كبير، وفي نهاية الأسبوع أخبرتني أن والديها أصبحا بخير وأننا نستطيع زيارتهما في المستشفى، فذهبنا إلى هناك ورأينا والدي لينا ممدّدين على سريرين متجاورين، دخلت الطبيبة لرؤيتهما، كانت إنسانة لطيفة جداً، هادئة جداً، ذات عينين مشعّتين و..أوقفني ، أنا التي اعتدت النظر إلى أنوف الناس، منظر أنفها، لا ، لم يكن يشبه حبة بطاطا، لكنه كان يبدو وكأنه تعرض لكسر أو ما شابه ذلك، كان بشعاً، لكنه كان مختفياً بين طيّات لطفها وعمق تعابيرها.

في اليوم التالي عادت لينا إلى المدرسة، وتجمّعت زميلاتنا حولنا لتسألن لينا عن والديها، وأحسستُ أن الجميع ينظرون إلينا بشكل مختلف، فقد أصبحنا متميّزتين بتجربة ألم وخوف ملطّفة بصداقة رائعة، ولم أشعر بأي انزعاج عندما سمعتُ ضحكة لارا الجميلة تجلجل من بعيد.

أخبرتُ لينا عن هدى وكيف وسمتني بأنف حبة البطاطا، لكنها اكتفت بالقول"كان هذا تصرفاً غير لائق من قِبلها"، واستغربتُ لعدم حماسها معي في انزعاجي من هدى، لكنها قالت لي:"أتعلمين؟ لقد دخلتُ مرّة إلى غرفة الصف خلال الاستراحة، فرأيت هدى الساحرة تبكي بحرقة معتقدة أن أحداً لا يراها".



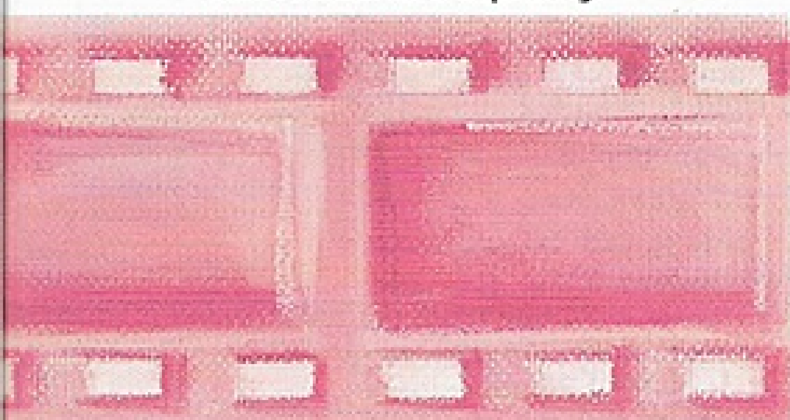
إعداد:د.رنا بشور

منوعات ثقافية

قطعة السّيد هولاند الموسيقيّ

جميعنا نريد المجد، جميعنا نسعي إلى الخلود، أكثرنا يعتقد أنّ
في التميّز . . . وغالبيتنا تظن أن الخلود اسم لا يمحوه الزمن.

هل هذا صحيح ؟فيلم "قطعة السيّد هولاند الموسيقيّة"
أو "Mr. Holland's Opus"







قدّم صورة جديدة تماماً عمّا يمكن أن يعنيه المجد والخلود.

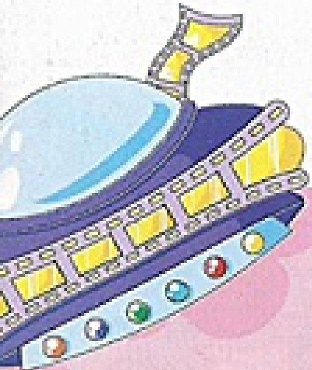
"غلين هولاند" هو مؤلف موسيقي لطالما حلم بأن يؤلّف س
الخاصّة التي ستطلقه إلى عالم الثراء و الشهرة، لكنّ الحياة اليوميّة
جداً التي غالباً ما نعتقد أنها تقف لنا بالمرصاد، أجبرته على اح
التعليم.

انضمّ السيّد "هولاند" إلى مجموعة مُدرّسي مدرسة "جون إف كي
الثانويّة ليُدرّس مقرّر "تقدير الموسيقى"، وبدأ بداية سيّئة جداً، ح
يستطع لفت نظر الشباب إلى الموسيقى ولا جعلهم يقدّرونها.





وعلمَ ذات يوم أنه سيصبح أباً، فشعر بقلق شديد، و أساءت زوجته فهمه، فأخبرها أن عالم الأبوّة الجديد بالنسبة له يشبه اعتياده على نمط موسيقي جديد، حيث عليه أن يستمع إلى هذا النمط الجديد لمرّات متعدّدة قبل أن يتمكّن من إدراك جماليته وفرديته. . . ومنذ ذلك الحين بدأتْ علاقة جديدة بينه وبين تلاميذه، صمّم السيد "هولاند" على جعلهم يستمتعون بالموسيقى ليستطيعوا تقديرها، وأخذ يعلّمهم موسيقى (الروك أند رول) فأثار حماسهم وقلق الإدارة في الوقت ذاته، غير أنّ نتائج الطلّاب الجيّدة أقنعت الإدارة بصواب طريقته ،بدأ السيد "هولاند" ملاحظة شخصيّات طلابه المنفردة، وتفهم احتياجات كلٍّ منهم، إحدى طالباته كانت تحاول تعلّم العزف على الكلارينيت، و تتمرّن باستمرار من دون أن تحقّق أي تقدُّم، حاورها فعرف أنّها تريد تعلم العزف لتتميّز بقدرتها على القيام بأمر ما أسوة ببقيّة أفراد عائلتها،سألها:" ما أكثر ما تحبّينه في صورتك عندما تنظرين في المرآة؟" أجابت:"شعري" قال:"لماذا؟" قالت:"لأنّ أبي يشبّهه بغروب الشمس" فقال:"أغمضي عينيك إذاً وتخيّلي أنك تعزفين غروب الشمس"، فأغمضت الفتاة عينيها وانطلقت في عزف سلسٍ. . . .





وُلدَ للسيّد "هولاند" طفل تبيّن أنّه أصم، فشعر أنّها ضربة مُحكمة من القَدر ضدّه، فمن بين جميع الناس يولد ابنه هو مُصاب بالصمم، مما جعله يبتعد شيئا فشيئا عن عائلته و ينغمس أكثر مع طلّابه، وكَبُر الولد بعيداً عن اهتمام والده، إلى أن أعربَ له أخيراً، مفجّراً غضبه المكتوم على مدى أعوام، أنه يهتم به ويحب مشاركته في موسيقاه فابتدع الأب طريقة تُمكّن الصُمّ من الاحساس بالموسيقى عن طريق الأضواء، وقدّم حفلا موسيقيا بهذا الشكل، غنّى فيه أغنية أهداها لولده. . .



كان السيد "هولاند" قد بلغ الستين عندما تمّ إبلاغه أنّ إدارة المدرسة قرّرت إيقاف تمويل دروس الموسيقى بسبب نقص الموارد الماديّة، وحاول الدفاع عن حق الطلّاب في تعلّم الموسيقى، غير أنّ العالم المادي كان أقوى منه.

و في اللحظة التي اعتقد فيها أنه هُزمَ إلى الأبد، وأنّ حياته ضاعت سُدى، فاجأه حفلٌ أقامه له طلّابه لإظهار محبّتهم وتقديرهم له، عزفوا في تلك الأمسية مقطوعته الموسيقيّة التي اعتقد أنّ أحداً لا يبالي بها . . . أولئك الرجال والنساء كانوا يوما طلّابه، وقد أعطى حفنة من روحه لكلٍّ منهم، وترك في حياتهم بصمات لا تُنسى، أولئك الناس كانوا مجده وخلوده، كانوا العلامات الموسيقيّة التي سيسمعها الكثيرون، والتي ستؤثّر بدورها في حياة الكثيرين، ربما تكون الحياة اليوميّة العاديّة جداً، هي الباب الضيّق الذي نجتازه لنعبر إلى المجد والخلود الحقيقيّين. . . .

إعداد: د. رنا بشّور

مشكلة وحل

كما في كل لقاء إنساني أول، أشعر بالرهبة !...

تتملكني مشاعر الصداقة الإنسانية والرغبة في التواصل، وأشعر في الوقت نفسه بالخوف، فأنا الآن أمامكن، هل سأكون مقبولاً؟

وهل سيتحقق ما أريده من بناء جسور الصداقة بينكن وبين مجلتكن؟

هذا ما أفكر فيه... بدأتُ به ونسيت حتى أن أبدأ كلامي بالسلام عليكن....

مرحباً أيتها الصديقات ! أرجو أن تقبلنني صديقة لكنَّ عبر مجلتكن، هذه الصفحة هي للحوار في مسائل أو "مشاكل" تفكرن بها، تعشنها أو تعانين منها.

هي صفحة للحوار والتواصل، ولن أتخيّل أبداً أن القراءة ــ بما في ذلك قراءة هذه الصفحة ــ ستحمل "الحل السحري" لمشاكلنا، ولكنني متأكدة أيضاً أن الكلمة الصادقة المحبة الحلوة قادرة كثيراً على المساعدة وعلى تعزيز إرادتنا الخيّرة في جعل حياتنا أكثر جمالاً وفرحاً وحيوية....



ما نعدكم به في المجلة أن نكون صادقين... متعاونين... ومنفتحين على كل الآراء.

وصلتني عدّة رسائل من الصديقات العزيزات، ولكن لفتت نظري إحداها وهي من الصديقة:

أ. ح عمرها 11 سنة من قطر...

تقول أ. ح : "أعاني من أرق شديد، لا يغمض لي جفن حتى يصبح الصباح، ما الحل؟ مع أنني لا أشرب المنبهات".

آه يا صديقة... رغم عشرين عاماً يفصلني عنك، أنا أيضاً كثيراً ما يجافيني النوم!...

لم تكتب الصديقة أي شيء آخر عن مشاكلها، إذاً تعالوا نفكر معاً متى نشعر بالأرق؟ ومتى نستطيع النوم بهناء وراحة؟

عندما نأرق غالباً ما نكون وحيدين نفكّر بذاتنا، وأعتقد أن أهم شيء في تجاوز القلق هو موقفنا من ذاتنا... قبولنا لها، أعتقد جازماً أن كل إنسان ليس من حقه، بل من واجبه أيضاً أن يفرح بنفسه...

أن يحبها ، وتحديداً أقصد أن يفرح بروحه، التي نفخها الله فيه.



مهما كنت أرى سيئات في ذاتي فهناك الجانب الخيّر الحلو، وعليّ كشفه دائماً، رؤيته دائماً، والتمتع به دائماً.

ما الذي يفرحنا أيتها الصديقات؟!... أن يسود الحب حولنا، أن نعيش مشاعر الصداقة الحلوة مع زميلاتنا.. الموسيقى- الرسم-الدراسة- الرياضة- الأفلام الجميلة- صلة الرحم- واللعب مع الأصدقاء...

هل شاهدتن أحداً يفرح لأنه يسرق، أو لأنه يؤذي الآخرين، أو لأنه يكره؟

حتى لو بدا أنه يستمتع بالأمر، فالحقيقة أن ضميره مفعم بمرارة لا يمكن لغيره فهمها، وهو بالتالي ليس سعيداً بهذا.

كل ما يفرحنا جميل فلنتمسك به... وكل ما يزعجنا أو يؤلمنا يمكن أن نجد طريقة لتجاوزه أو التغلب عليه...

لكن بعيداً عن هذه "الفلسفة" في النهاية، فأنا أريد أن أنام... ماذا أفعل؟



إليكِ تجربتي:

أنا أقرأ حتى يغلبني النوم، وطالما أنني أقرأ فأنا لا أشعر بالضيق بسبب أرقي.

- إن تأخرتُ كثيراً بالسهر أتعمّد التأكيد على أهلي لإيقاظي باكراً كي تأتي الليلة القادمة وأنا "منهك من النعاس".

- أحرص على عدم مشاهدة التلفاز قبل ساعة من نومي على الأقل، وقد ثبتَ أن مشاهدة التلفاز -وخاصة أفلام العنف- تُسبب الأرق.

- أحاول تهيئة جو مريح في غرفة نومي... وإن كنت أخاف النوم وحدي أطلب من أمي النوم قربي مع أنها عادة سيئة، أو أبقي القليل من الضوء.

- أهتمّ بلعبِ الرياضة حتى في المنزل، وغالباً ما ألعب لربع ساعة صباحاً وربع ساعة مساء، هل جرّبت الوصول بتمرين الضغط إلى العدد عشرة ؟ (أنا استطعت الوصولَ إلى الثلاثين).

وتبقى الثقة بأهلنا، وبأصدقائنا، والتشاور معهم، وأخذ نصائحهم، ومشاركتهم أفكارنا وسيلةً ناجحة دوماً لتجاوز قلقنا...

وتصبحين على خير.



إعداد: د. عمار ميرخان

أطباق زهرة الطائرة

اسمي: الخبز المحمّص.

موطني: فرنسا

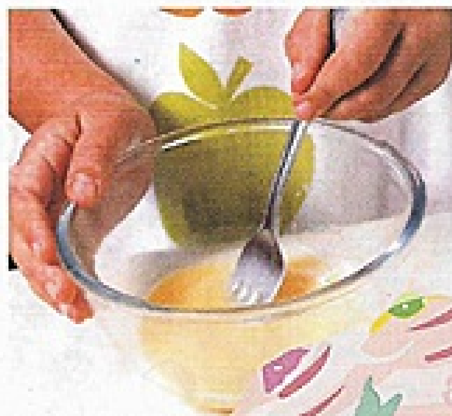
الكمية تكفي لـ: أربعة أشخاص أو شخصين أكولين.

من المسلّي أن تصنعيني بأشكال مختلفة، فقط استخدمي أشكالاً متنوعة من قوالب البسكويت حيث يمكنك تقديمي على شكل شجرة أو قطّة أو أرنب.

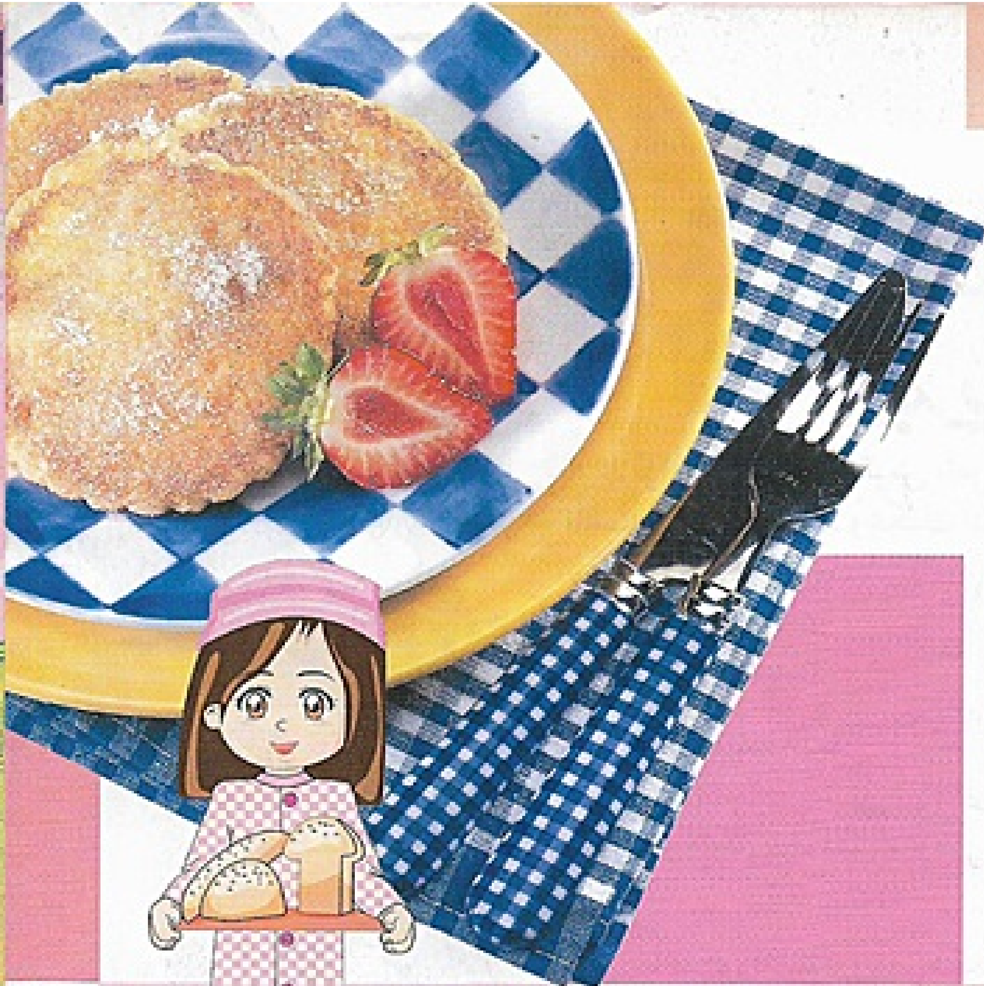
أحتاج إلى: 4 قطع خبز أبيض سميك، بيضة واحدة، ملعقة صغيرة من الماء، 30 غرام زبدة، نصف ملعقة صغيرة من القرفة، سكر مطحون.

طريقة تحضيري:

ضعي الخبز على قاعدة صلبة، ثم استعملي قطّاعة البسكويت للحصول على الشكل المطلوب، ثم أزيلي الحواف الجانبية للخبز.



ضعي البيضة في وعاء صغير وأضيفي الماء وملعقتين من السكر، ثم قومي بخفق المواد معاً حتى يصبح المزيج متجانساً.





ضعي الزبدة في مقلاة متوسطة الحجم، ثم ارفعيها على النار.





ضعي وعاء الخليط بالقرب من المقلاة كي تستطيعين نقل الخبز من الخليط إلى المقلاة بشكلٍ أسرع



بعد أن تذوب الزبدة، غطّسي الخبز في خليط البيض بحيث تكون قطعة الخبز كلها مُغطاة بالخليط ثم ضعي الخبز بحذر في المقلاة.

رشي خليط السكر والقرفة على جانبي الخبز وهكذا تحصلين عليّ.. تذوّقيني، ما رأيكِ بطعمي اللذيذ؟



أبقي الخبز في المقلاة لمدة دقيقتين أو حتى يصبح أشقر اللون ثم اقلبيه على الجهة الثانية لمدة دقيقتين أيضاً، ارفعي الخبز من المقلاة وضعيه في صحنٍ كبير مغطى بورق المطبخ.



آخر ملمسة من صنع يديكِ

بريد شخصي

من جميع الألوان التي تزيّن النقوش العربية هذه البطاقات ذات اللون الذهبي والبرتقالي سوف تلفت نظر أصدقائكِ، ويمكنكِ أن ترتّبيها في علبةٍ ساحرة جميلة توافق بطاقاتك.

بطاقة مشغولة بالترتر

ورقة الرسالة

الأدوات المستخدمة:

ورق ملون– مقص –قلم أنبوبي يحوي ترتر (قش ملون) بلون ذهبي أو برتقالي.

1 نأخذ الورقة الملوّنة ونقصّ شكلاً قائم الزوايا (مربّع أو مستطيل) ولا ننسَ أن يكون حجم البطاقة موافقاً لحجم المغلّف الذي سنضع فيه البطاقة.





2 بوساطة القلم الأنبوبي الملوّن نرسم وبشكل مموّج نقوشاً عربية على محيط البطاقة بأكملها (يمكنك قبل أن تبدئي برسم النقوش على البطاقة قبل أن تجرّبي رسمها على ورقة مسودة).



3 اتركي النقوش حتى تجفّ، بعدها اكتبي (رسالة قصيرة– أو دعوة) ولا تنسي أن تستخدمي في كتاباتك الأقلامَ الملوّنة التي استعملناها وانتظري حتى تجفّ البطاقة قبل وضعها في الظرف.





علبة لوضع البطاقة



الأدوات المطلوبة:

ورقة سميكة – مقــص –عجينة ملونة لصنع أشكال لطيفة على سطح العلبة–ألوان كالتي استعملناها في تلوين البطاقة.

الطريقة



1. ارسمي على ورقتك مخططاً لعلبة المراسلة، بحيث يكون حجمه موافقاً لحجم البطاقة.
2. قصّي الزوايا كما في الشكل والنيها.
3. زيّني العلبة حسب ذوقك بالألوان المفضّلة لديك.









تسالي

هيّا لنتعلّم الحساب:

★★★★★ + ★ = ٦

☕☕☕☕ − ☕☕ = ٢

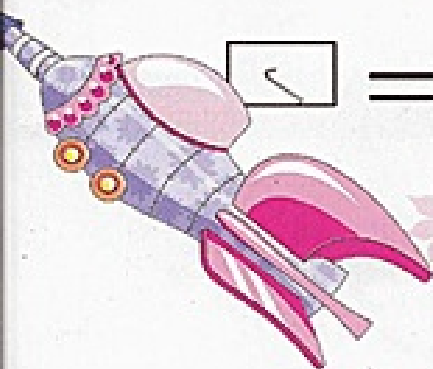
🌙🌙🌙🌙 × 🌙🌙 = ٨

♥♥♥♥♥♥♥♥ − ♥♥♥ = ٥

🦋🦋🦋 + 🦋🦋🦋🦋 ٧

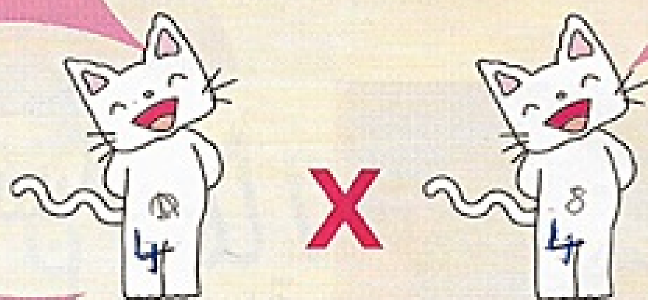
🍬🍬🍬🍬🍬🍬 ÷ 🍬🍬 ٣

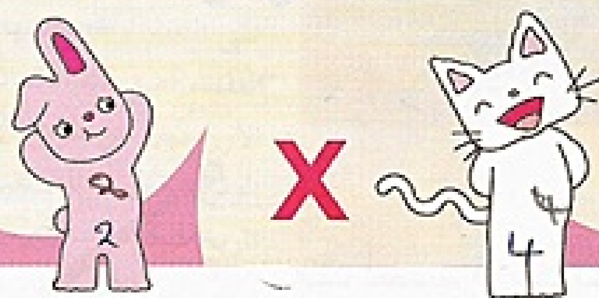
🌷🌷🌷🌷 − 🌷🌷 = ٢



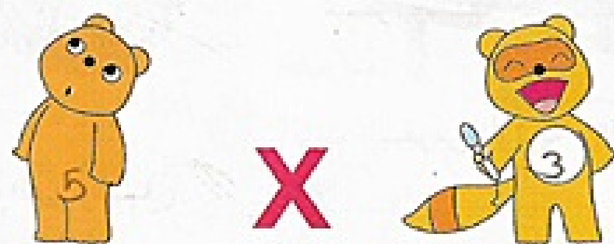


ل تستطيعين معرفة أرقام نونتان و الأصدقاء من خلال الجمع والضرب في هذه اللعبة؟

 = 16

 = 8

 = 6

 = 15

 +  +  +  = ؟ 24

آلة وأنامل

الإنسان و الموسيقى



كانت الموسيقى عبر التاريخ حاجةً مُلحةً وأساسيةً في حياة الإنسان، لأنها نابعةٌ من أعماقه وتحتاج إلى تلبية مطلبها الكامن في روحه وجسده، فقد كان الإنسانُ قديماً يغني ويرقُص ويَعزف على الآلات ويرتقي ويتطوّر فتتطوّر معه أدواته واحتياجاته وتناسق الأصوات وتتوافق، فَطَوَّر الآلات الساكنة وجعلها ناطقة متحرّكةً بيده، فشعر بالراحة والسرور لأنها تعبيرٌ عما في أعماقه من حزن أو فرح.

إنَّ للموسيقى تاريخاً قائماً بذاته، فهي تطوّرت وارتقت حتى أصبحت متعدّدة الصيغ والأنواع والقوالب التي تملأ حياتنا بالسعادة.

لكن كيف كانت موسيقى الإنسان الأوّل؟ وهل هناك مخترع واحد؟

كان الإنسان الأول يُصفّقُ بيديه ويوقع بقدميه، ثم بدأ بحنجرته بعد أن سمع صوت العاصفة تقتحم شقوق كهفه فقلد صفيرها وعويلها، وسمع تغريد الطيور فقلده، وهكذا كان تطوّر الموسيقى نابعاً من رفض الإنسان لوقوفه ساكناً أمام المجهول.



هيّا لنتعرّف سوياً الآلات الموسيقيّة وأنواعها، تُقسم الآلات الموسيقية إلى أربعة أنواع:

الآلات الوتريّة. الآلات النفخيّة (الخشبيّة أو النحاسيّة). الآلات الإيقاعيّة. الآلات الكهربائية الحديثة.



الآلات الوترية:

نميّز بينها حسب منشأ الصوت:

1. آلات القوس الوترية (الكمان والفيولونسيل).
2. آلات الطّرق الوترية (البيانو والسنطور).
3. آلات يُعزف أو يُضرب بالأصابع على أوتارها (الهارب، الغيتار).
4. آلات يُضرب بالريشة على أوتارها (العود والقانون).



الكمان

وهي من أكثر الآلات انتشاراً، يعود ذلك لقدرتها الفائقة على التعبير ولخصائصها الصوتية وتنوُّع طبقاتها، ويُرْجِعُ العُلماء أصلَ آلة الكمان إلى آلة الربابة العربية التي انتقلت إلى الأوروبيين عن طريق الأندلس ثم طوّروها، فظهرت مجموعة من الآلات الوتريّة من عائلة الفيولا وكلمة فيولا تعني الوتر، أما الكمان فيعود تاريخ شكله إلى منتصف القرن السادس عشر دون تغيير إمكانياته، وقد أظهر الإيطاليون تفوّقهم في صنع الآلات الوتريّة، وآلة الكمان بشكل خاص وذلك في القرن السابع عشر فصُنعت آلات ذات قيمة فنية عظيمة من الناحية الموسيقيّة والدقة الجمالية.





تتألف الكمان من الأقسام التالية:

1. رأس يحتوي على أربعة مفاتيح خشبيّة تُعدَّل بها الأوتار.
2. زند تُغطّيه قطعة من خشب الأبنوس وتُسمّى محبس تستعمل لحبس الأوتار بالأصابع.
3. صندوق صوت خشبي يتألّف من وجه وظهر، الوجه يحتوي على حافّتين بشكل F لخروج الصوت.
4. مُثبتة أوتار وتُسمّى السمكة.
5. الفَرَس وهو عبارة عن قطعة خشبيّة تمرُّ من فوقها الأوتار المشدودة.



تُحمل آلة الكمان على الكَتف ويُعزف عليها بوساطة قوس خاص يمرُّ عبر أوتارها التي يبلغ عددها أربعة أوتار، وتُضبط على بُعد الفاصلة الخماسية التامة، وهي من أغلظها صوتاً إلى أحدّها كالتالي: صول ري لا مي



إنّ امتداد أصوات الكمان يتعدّى الثلاث أوكتافات ونصف وتُكتب على مفتاح الصول.

إعداد: سناء عطية



". Now I'll give you an exercise: OK.

Choose the correct Verb to be:

1- I am / is a student.
2- He are / is my brother.
3- We are / am friends.

Thank you very much, but there are some words that I did not understand, could you please translate them to me?

Yes , Of course.

OK, here they are:

1-elementary school : مدرسة إبتدائية 2-Favorite : مفضّل 3-subject : مادّة

4-graduate : يتخرّج 5-parents : والدين 6-translator : مترجم 7-language : لغة

8-extra help : مساعدة إضافية 9-family: عائلة 10-hope : أمنية





Thank you.
Welcome.
Oh!
What's the matter?
I told my mother that I'll return at six O'clock, and it's half-past five now, so I must go now.
Ok.
Good bye!
Bye !
And thank you again.

When we meet a new person, we must remember what he told us about himself, especially if we want him to be our friend.
So let us ask some questions about our friend Haneen.OK?

Where does she live?

....

What is her favorite subject?

....

How many toys does she have?

....

Try to write the answers, OK?

Finally, try to write a passage about yourself, and use the text about Haneen for help.

Good Bye!



إعداد: ناصر ميرخان

ENGLISH

Hello !
Are you ready to start learning English? Ok then, we will fly to Abjad planet in Space toon's world. Get set, 1, 2, 3

Here we are on the planet .
Oh here is Haneen.

Hi Haneen!

Hi !

What are you doing here ?

I'm visiting this planet.

Really ? We are visiting it too. Some of my friends haven't met you before, could you please introduce yourself Haneen?

Ok. My name's Haneen. I live in Zomurruda, it is a planet in Spacetoon's world. I am a student at an elementary school, and now I am visiting this planet to know more about English language, because learning English is important and it is my favourite subject . I speak 2 languages: Arabic and English. I live at home with my parents and we are a happy family. I have no brothers or sisters, I have 3 toys, and they are my best friends. I love my mother. She is a writer. And I love my father ,too. He is an employee. I help people and animals that need help. I fly a flying car, and when I need an extra help, I call the king of the Happiness Island. After I graduate, I am going to work as a translator, as I hope .... And I hope we become friends.

Thank you, Haneen.
I noticed that when you were talking, you used:

Is	with	She	He	
Am	with	I	It	
Are	with	We	They	You

Oh! You are right. We call is , am and are " **Verbs to be** "

and we call I ,he ,she ,it ,you ,we and they" **Personal pronouns** "

المُزارعة الصغيرة

صديقتي ... أليس لديك رغبة بأن تكوني مُزارعة صغيرة دون عناء النزول إلى الحقل وإتلاف ثيابك الجميلة؟ في هذا العدد من المجلة و في الأعداد القادمة ستحقق رغبتك تلك وستتعرّفين عدّة طرق وأمثلة.... تجعل شرفة غرفتك رائعة وأكثر تميّزاً من حديقة المنزل المليئة بالنباتات والزهور، وباستخدامكِ لأغراضكِ الصغيرة والمتنوّعة ستصنعين هذا التميُّز، وإليكِ المثال الأول في هذا العدد.

حدائقُ مُصغَّرةٌ في أطباق

كيف تزرعين حديقة صغيرة يمكن أن توضع في راحة يدك...؟

أولاً يا عزيزتي: خذي غطاء وعاء، أو يمكنكِ استخدام وعاء صغير وابذري فيه بعض البذور، بحيث يمكنكِ أن تُبدعي حديقة تضعين فيها ألعابكِ الصغيرة، مثلاً: دُمية صغيرة وحصان أو حتى قطة مُدلّلة مع كرة حمراء ملوّنة أو سيارة لأخيكِ الصغير مع بعض الإشارات، وطبعاً كل هذا حسب رغبتكِ وذوقكِ.

والآن إليكِ بعض التعليمات لإكمال التجربة: أفضل ما يمكن استعماله من البذور هي بذور الخردل وبذور عشبة الرشاد، وهي بذور لنباتات تنمو بسرعة فائقة وتنبت في أي مكان عالي الرطوبة.

ونصيحتنا لكِ بأن تحافظي على الحدائق الصغيرة مرويّة دائماً..

والآن إليك التفاصيل:



1
خُذي غطاءً نظيفاً.

2
ثم افرشيه ببعض المناديل الرطبة.



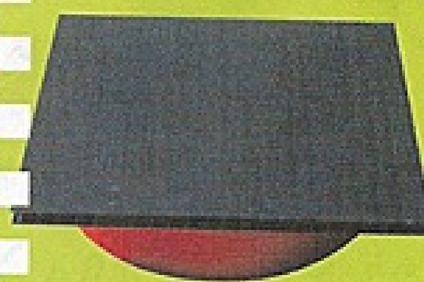
3
ومن بعدها رشي البذور (المكوّنة من خليط بذور الخردل وبذور عشبة الرشاد) على المنديل.

ضعي البذور حيث تريدين أن تنمو فيها النباتات.



4
غطّيها بقطعة كرتون مقوّى وانتبهي أن تكون رطبة جداً..

بعدها وبشكل يومي ألقي نظرةً خاطفةً على التجربة حتى تشاهدي البراعم الصغيرة تنبت، أزيلي الغطاء.



5
وطبعاً أبقي المناديل رطبةً دائماً، ثم اتركي البراعم تنمو.

وأخيراً كلما كنتِ تسقين حديقتك الصغيرة بانتظام بقيتْ نضرة لفترة أطول.



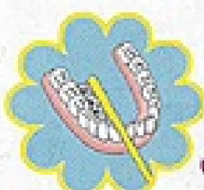
طبيب بلا موعد

إبتسامتك الجميلة:

صديقاتي.. الابتسامة الجميلة إطار للأسنان السليمة، ومشاكل الأسنان عديدة وحلُّها بسيط وهو العناية بتنظيفها بواسطة فرشاة جيّدة ذات مواصفات صحيّة، أولها أن تكون مصنوعة من ألياف النايلون الناعمة، وأن تكون رؤوس الألياف مدوّرة النهايات لكي لا تؤذي اللثة، وهناك تصاميم عديدة تتماشى مع مشاكل الأسنان العاديّة والأسنان التي تثبّتْ عليها أجهزة التقويم، ولا يكفي أن يكون نوع الفرشاة جيّداً بل الأهم من ذلك هو الاهتمام بنظافتها ومن البديهي أنْ يكون لكل شخص فرشاة خاصّة به، وعليه تنظيفها جيّداً بعد كل استعمال وتعليقها حتى تجفّ كي لا تتحوّل إلى مكان لتكاثر ونموّ الجراثيم، ويجب إبعاد فراشي الأسنان بعضها عن بعض لمنع انتقال الأمراض بين أفراد العائلة الواحدة، ويتوجّب علينا استبدال الفرشاة عندما تصبح طريّة ويسوء انتظام أشعارها، و يجب المواظبة على تنظيف الأسنان بعد كل وجبة طعام لمدة 3 دقائق على الأقل في كل مرّة والانتباه لتنظيف الأسنان بعد تناول السكاكر لأنّها تحوّل الفم إلى بيئة سُكّرية تساعد على تكاثر الجراثيم الفمويّة وتزيد من انتشار النّخور، ويجب التأكيد على تنظيف الأسنان قبل النوم لأنّ الفم سيظلّ مغلقاً طوال الليل مما يُضاعف التخمُّرات وتكاثر الجراثيم، وتذكّري أنّ الأسنانَ السليمةَ هي التي تُنظّف دائماً.

تنظيف الأسنان بالفرشاة و المعجون

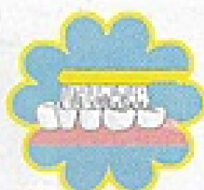




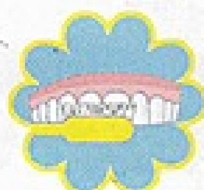
تنظيف السطوح الداخلية للأسنان.



تنظيف منطقة الأنياب في زاوية الفك.



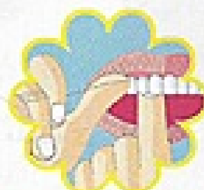
تنظيف السطوح الطاحنة بحركة أمامية خلفية.



تنظيف السطوح الخارجية للأسنان.

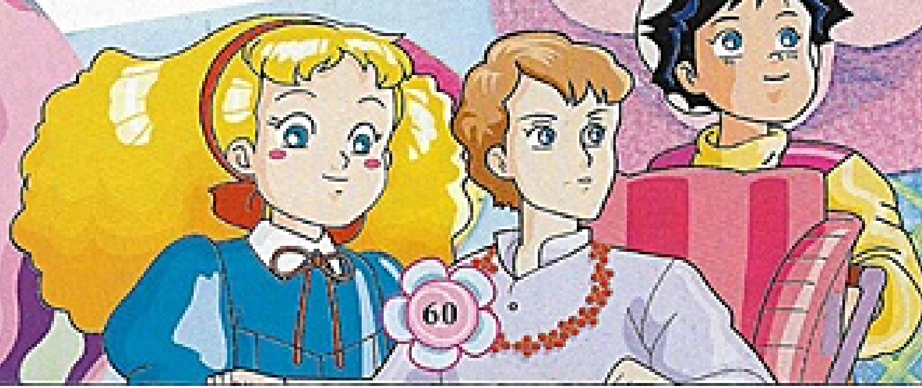


تنظيف السطوح الخارجية للأسنان بحركة نصف دائرية من اللثة باتجاه الحد القاطع أو السطح الطاحن للسن.





استخدام الخيوط السنية لتنظيف الأسنان.



لا للزكام:

جيشٌ كبيرٌ من الفيروسات يهاجمك وتشعرين بالتعب؟ عليك أن تقوّي نفسك لتتغلبي عليها :

1 اشربي الكثير من السوائل الفاترة لتُخفّفي من آلام الحنجرة، منقوع الزعتر وإكليل الجبل سيفيدك كثيراً.

2 تناولي البرتقال وعصيره طوال الوقت لأنّ فيه فيتامينC وهو يساعدك على مقاومة الفيروسات.

3 وأخيراً قلّلي من أكل الشوكولا، ويُفضّل تناول الأطعمة ذات السكر المنخفض كالخضار واللحم والبقول والأرز، فهي مفيدة أكثر وستتغلّبين بالتأكيد على كل الفيروسات.

مقتطفات:

يشيع استعمال اليانسون للأطفال الرُضّع كمسكّن ومُنوّم إلاّ أنّ أطباء الأطفال ينهون عن ذلك بسبب احتوائه على مادة (الأنثيول السامّة للمخ).

لوسمحتِ يا ماما لا تسقي أخي الصغير اليانسون.

إنّ فقء البثور التي تظهر في الوجه يفاقم مشكلتكِ ولا يحلّها لأنها ستترك أثراً أسوأ من منظر الحبّة نفسها.

لتحصلَ على (1 كغ) من العسل يجب على (50 ألف) نحلة أن تجمع كلّ منها رحيق (150 زهرة) أي أن (1 كغ) عسل هو خلاصة (7.5) مليون زهرة....

ما أفيد العسل !! وما أنشط النحل!!

تمارين اليدين مفيدة لأنّها تقوّي عضلات اليدين وتُنشّط الدورة الدمويّة، وتجعل اليدين مطواعتين للحركات التي تريدين تنفيذها، وأحد هذه التمارين هي أن تطلقي ذراعيك في الهواء وأثناء ذلك ابسطي كفّك واقبضيها، كرّري هذا وخاصّة في فصل الشتاء لتحسين التروية الدمويّة .

هناك فوائد عديدة لنبات القرفة فهو مُطهّر للجهاز التنفّسي والبولي وطارد لغازات المعدة ويُفيد في حالات تقلّص المعدة والأمعاء والمغص والإسهال وهو منشط للجسم، والأهم أنه لذيذ مع الشاي والحلويات.

إعداد: نوار رزق

مصنع الفنون

فن الخط العربي



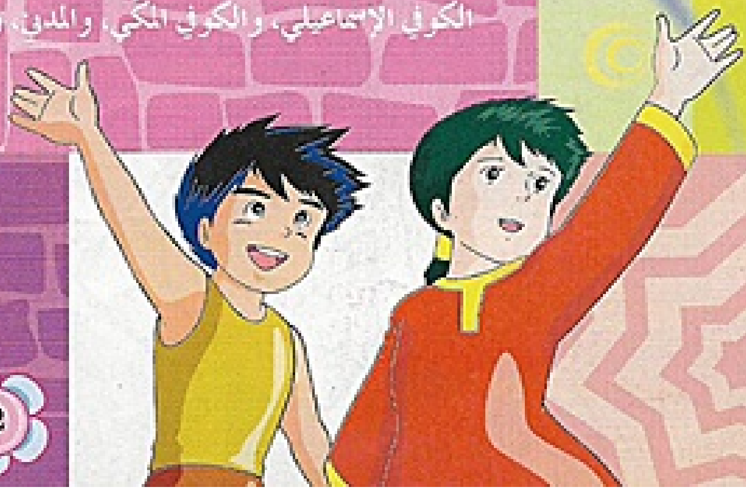
سنذهب اليوم أيتها الصديقات في رحلةٍ ممتعة إلى قلعة الحروف العربية لنتعرّف الخط العربي وأنواعه، فهو أروع لوحةٍ أبدعها الإنسان العربي. إذا أردتِ التعرُّف على هذا الفن الجميل حضّري نفسكِ وجهّزي حقائبكِ وانطلقي معنا إلى قلعة الحروف.



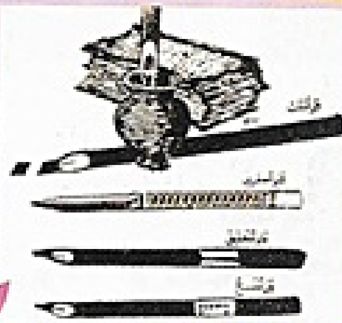
هاقد وصلنا إلى باب القلعة الرئيسي وبجواره لوحٌ حجري محفورٌ عليه معلومات عن فن الخط العربي: { هو فن كتابة اللغة العربية بحروفها الثمانية والعشرين وحركاتها "الفتحة، الضمة، الكسرة، السكون" بشكلٍ مُتقن، حيث تتحول من خلاله كتابة الحروف باتصالها وانفصالها إلى لوحاتٍ فنيةٍ قائمة بحدٍّ ذاتها، وبدأ هذا الفن قبل الإسلام، لكنه ازدهر بعد كتابة القرآن الكريم ليُصبح فناً له قواعده وأُناسه الذين يعملون على تطويره }.



تتألف هذه القلعة من ست حجرات، كل حجرة تحوي نوعاً من أنواع الخط العربي، ففي الحجرة الأولى سنتعرف خط الرقعة، وفي الثانية خط النسخ، والثالثة خط الثلث، وفي الرابعة الخط الفارسي ففي هذه الحجرة سنتعرف أن للخط الفارسي أنواع، منها الفارسي التعليق، وفي الحجرة الخامسة سنلتقي مع الخط الديواني ومن أنواعه الديواني الجلي. أمّا في آخر حجرة فلقاؤنا سيكون مع الخط الكوفي الذي كُتب به القرآن الكريم والذي له أنواع متعددة مثل الخط الكوفي الإسماعيلي، والكوفي المكي، والمدني، والأندلسي، والشامي، والمُزخرف.







ولكن قبل أن تدخل إلى هذه الحجرات يجب أن نقتني الأقلام الخاصة بهذا الفن، فقد اخترع العرب والمسلمون أقلاماً خاصة لكل خط، منها قلم الثلث، وقلم المغربي، وقلم التعليق، وقلم النسخ، إضافة إلى القصبة، وريشة الإوزّة والريشة العادية.



كما اشتهر عددٌ من الخطّاطين عبر مسيرة تطوّر فن الخط العربي، نذكر منهم ابن مقلة أول خطّاط عربي وضع قواعد الخط وضبط حروفه، وبعده جاء ابن البواب فأضاف إلى رسم الخط تحسينات وتقنيات جعلت خطوطه مضرب الأمثال، وبعدهما جاء ياقوت المستعصمي الذي اشتهر بتجويده للخط وضبط حروفه، ثم تبعه ابن الشيخ وحافظ عثمان المعروف بتعدّد أقلامه وإجادة حروفه، ومن ثم جاء مصطفى الراقم الذي اختزل كثيراً من قواعد الخط، ثم جاء حامد الآمدي المعروف بجمال ومتانة خطّه وسيطرته على ضوابطه.

ونرى هنا نماذج للخطوط الستة الرئيسية وفي الأعلى نماذج لبعض الأقلام التي استخدمها الخطاطون في كتابة الخط العربي.

صديقاً في
لقد انتهت رحلتنا اليوم، في الأعداد القادمة إن شاء الله سندخل إلى كل حجرة من حجرات قلعة الحروف، وسنتعرّف كل الخطوط لذلك أحضرن الأقلام الخاصة لندخل في العدد القادم إلى حجرة خط الرقعة ونتمرّن على كيفية كتابته.

الكوفي — ياكافي ياشافي يامغني

الثلث — خيركم من تعلم القرآن وعلمه

الديواني — عن علي بن أبي طالب رضي الله عنه

لا شرف أعز من الإسلام ولا كرم أعز من التقوى ولا شفيع أنجح من التوبة ولا معقل أحرز من الورع

النسخ — الحمد لله رب العالمين الرحمن الرحيم

الفارسي — لا كنز أنفع من العلم ولا شرف أعز من الحلم

الرقعة — من جدّ وجد ومن سار على الدّرب وصل

إعداد: عدنان عودة

كيف أعتني بلعبتي الحبيبة؟

Baby amore

لعبتك صديقتك الغالية ورفيقتك في الصباح والمساء.. فأنت تبوحين لها بأسرارك وتتحدثين إليها وتلعبين بها مع أخوتك الأحباء وأعز الأصدقاء.

ما رأيكِ أن تحتفظي بها أطول مدّة ممكنة كما رأيتها أوّل مرّة عندما فتحتِ علبة الهدية وتعرفتِ إليها..

سنحاول مساعدتك لتحفظيها جميلة ومتألقة لتبقى معك عندما تكبرين فتكون ذكرى لأجمل أيام العمر.. إليكِ الآن بعض النصائح للاعتناء باللعبة الجميلة BABY AMORE و يمكنك أن تستفيدي من هذه النصائح في الحفاظ على ألعابك الأخرى أيضاً.

لعبة BABY AMORE مميزة وتحتاج إلى مزيد من العناية فهي كالطفل الحقيقي يتنفس ويشرب الحليب ويغيّر حفاضه ويحرّك شفاهه عندما ينام وكأنه رضيع.. كما أنه يملك الكثير من الثياب والأدوات كالرضاعة والمصّاصة والكرسي والعربة والحمّالة.

لتحافظي على BABY AMORE

حافظي على نظافته واغسلي وجهه ويديه أو امسحيهم بقطعة قماش مبللة



احفظي أغراضه في مكان خاص حتى لا تضيع أو تختلط بألعابك الأخرى



اجمعي ثيابها
المتسخة معاً
واطلبي من أمك أن
تغسلها لك

لا تتعاملي مع
لعبتك بقسوة حتى لا
تكسريها وتندمي بعد
ذلك



إذا أراد أخوتك
أو أصدقائك اللعب بـه
فلا مانع ولكن اطلبي منهم أن
يتعاملوا معـه بهدوء وعلّميهم
الطريقة الصحيحة في إرضاعه
أو تغيير حفاضه ثم العبوا
معاً بـه





لا مانع
أن تغيّري للعبتك
ثيابها أكثر من مرة في
اليوم ولكن احرصي أن لا
ترميها في أنحاء المنزل بل
ضعيها في مكانها

واخيرا

أعيدي لعبتك إلى مكانها،
ورتّبي أغراضها لتعودي
إليها في اليوم التالي وتقضيا
معاً أوقاتاً أخرى ممتعة



مواهب



الشجاعة

عندما كنتُ صغيرة كنت أشـعر دائماً بالخوف، وإذا واجهتني مواقف كنت أتجه إلى أمي وأبي باكية، وعندما صرت كبيرة صرت شجاعةً، وإذا واجهتني مواقـف لا أتجه إلى أمي وأبي بل أواجه هذه المواقف لوحـدي، وأدركت أن الشجاعة شيء داخل الإنسان، فالإنسان يجب أن يواجه هذه المواقف لوحده، ولا تقولوا أنا لا أستطيع أن أتحلى بالشجاعة بل تستطيعون أن تتحلوا بها.

ديمة خالد - ١٠ سنوات - الكويت

شجاعة أم

هرب جندي من جيش بلاده، وعاد إلى بيته طرق الباب، قالت أمه: من الطارق؟

قال: ابنك، قالت: لا... ابني الآن في ميدان المعركة يقاتل الأعداء، وهو ليس من الخونة والجبناء، خجل الجندي من نفسه وعاد إلى الميدان، حارب بشجاعة حـتى انتصر جيش بـلاده، عاد إلى أمه وهذه المرة فتحـت له الباب.

أسيل عياش - ١٢ سنة - الأردن

متعددة الألوان

زهرة الهيبسكوس واسمها بالعربية (الخبيزة) أو (الخطمية) زهرة طبيعية غريبة الأطوار فهي بيـضاء في الصباح وصفراء عند الظهر، وإذا حل المساء غيرت لونها إلى الأحمر، وأخيرا يتغيرَ لونها إلى الأزرق في الليل، وتقوم هذه الزهرة بـكل هذه التغيرات دون أن يتوصل علماء النبات حتى الآن إلى تفسير ذلك.

مريم حمزة سالم - ١٠ سنوات - الأردن





السودان

تبلغ مساحة السودان حوالي ٥٠٦٠٠٠ كيلو متر مربع، وهو يقع في الركن الجنوبي الشرقي من قــارة إفريقــيّة وفي منظومة الدول الإفريقــيّة والإسـلامية ، وهو يملك ميزة استراتيجية تجعل أمر وصول العدو إلى قلبه أمراً صعباً .

يقطن السودان العديدُ من الأجناس العربية والأفريقية التي خلقت طابعاً قومياً موحّداً يسوده الدين الإســلامي واللغة العربية .

يُصدِّرُ الســـودان الكثيرَ من المنتجات مثل الصمغ العربي وريش النعام والقــطن والكثير من البــترول والذهب والمعادن.

آلاء و لمياء محمد - ١٢ سنة - السودان



عائشة فهد العنجري
13 سنة -الكويت



















صديقات المجلة



شهناز إبراهيم الحداد
10 سنوات
البحرين



بيان خالد الشريف
5 سنوات
جدة - السعودية



آمنة عبد الرحمن العوفي
6 سنوات
البحرين



صمية سالم المشرفي
14 سنة
سلطنة عمان



لين الإدلبي
6 سنوات
دمشق - سورية



مريم عبد الرحمن
10 سنوات
السعودية



دعاء عبد الكريم
12سنة
البحرين







نوف محمد همام
4 سنوات
الدوحة – قطر



نورا نبيل بوبو
10 سنوات
طرطوس ـ سورية



رفيف خالد دياب
4 سنوات
عمان – الأردن



إسراء سعيد البلوشي
9 سنوات
صور ـ عُمان

لمى صلاح أبو شمالة
10سنوات
الرياض – السعودية



زينب عبد الكريم
10 سنوات
الشارقة – الإمارات







فاطمة مبارك الهاجري
سنة
الكويت





قوس قزح



غفران كمال
11سنة



يامن غازي
الشمري
13سنة





خلود أحمد حسن
13سنة



فاطمة سعد
13سنة







وعد النشمي
9سنوات



منيرة محمد ناصر
10سنوات



ديانا نظام
12سنة







سلامة بشير مرزوق
13سنة



مريم خالد
15سنة

تسالي
للأميرات الصغيرات





ما رأيكِ أن نلوّن صورتي ساندي بل
و هايدي كما نراها في الصورتين الملونتين؟



مسابقات

ما هي
الشجرة
التي لعنها الله سبحانه
وتعالى في القرآن الكريم؟
الزقوم

مالون (الزمرّد)؟

امرأة
استُشهد لها أربعة
أبناء في معركة
(القادسية).. من هي؟

ما هو الرقم الذي
تفتقده الأرقام الرومانية؟



شيء حارّ،
إذا وُضِع
في الثلاجة يبقى
حارّاً.. فما هو؟



انشط واربح مع

صافيو و كودو











اقطع قسيمة الربح
واستبدلها في كودو لتربح !